القرآن الكريم
الحديث الشريف

الصلاة
الصيام
الذكر
الدعاء

ماء زمزم
العسل
التمر
الحبة السوداء

الشافيات العشر

من الكتاب والسنة

إعداد

أبو أسامة محيي الدين عبد الحميد

دار الفضائل للطباعة والنشر والتوزيع

الشافيات العشر
من الكتاب والسنة

إعـــداد
أبو أسامة محيي الدين عبدالحميد

الناشر
دار المشاعل للطباعة والنشر والتوزيع
ص.ب ٨٦١٦٤ الرياض ١١٦٢٢
هاتف/فاكس: ٤٦٥٥٩٥٥٦

الطبعـة الأولى
١٤١٣هـ

الجمع التصويري والإخراج ـ الفرقان ٤٠٢٩٨٦٥ ـ ٤٠٤٣٧٣٢

- القرآن الكريم .
- الحديث الشريف .
- الدعاء .
- الذكر .
- الصلاة .
- الصوم .
- عسل النحل .
- الحبة السوداء .
- التمر .
- ماء زمزم .

بسم الله الرحمن الرحيم

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة

الحمد لله الشافي المعافي، بيده الأمر وهو على كل شيء قدير، والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين، وعلى آله وصحبه، ومن سار على هديه واستن بسنته إلى يوم الدين. . وبعد،،

فما كنت يومًا فقيهًا أو مفسرًا أو خطيبًا أو واعظًا، لكنها فرصة أتيحت لي في محنة اضطررت إليها ـ بل خلوة ـ شغلني فيها الذكر عن مسألتي، فكانت دراسة عملية لقراءة القرآن الكريم، والحديث الشريف، والذكر والدعاء والصلاة والصيام، واستعمال عسل النحل والحبة السوداء والتمر وماء زمزم في الاستشفاء.

واعتمدت في دراستي على الكتاب والسنة أصلاً أستقي منهما مادتي، ثم على أقوال الصالحين من المجربين.

فالقرآن الكريم: ﴿**قل هو للذين آمنوا هدى وشفاء**﴾(١).

والحديث الشريف: «**ما أنزل الله من داء إلَّا أنزل له شفاء**»(٢).

والذكر: ﴿**ألا بذكر الله تطمئن القلوب**﴾(٣).

والدعاء: «**لا يرد القضاء إلا الدعاء**»(٤).

---

(١) فصلت: ٤٤.

(٢) أخرجه البخاري.

(٣) الرعد: ٢٨.

(٤) أخرجه أحمد.

والصلاة: ﴿وأقم الصلاة إن الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر﴾[١].

﴿وجعلت قرة عيني في الصلاة﴾[٢].

والصيام: «صوموا تصحوا»[٣].

وعسل النحل: ﴿يخرج من بطونها شرابٌ مختلفٌ ألوانه فيه شفاء للناس﴾[٤].

والتمر: «من تصبح كل يوم بسبع تمرات عجوة، لم يضره في ذلك اليوم سمّ ولا سحر»[٥].

والحبة السوداء: «عليكم بهذه الحبة السوداء فإن فيها شفاء من كل داء إلا السام»[٦].

وماء زمزم: «خير الماء على وجه الأرض، ماء زمزم فيه طعام من الطعم وشفاء من السقم»[٧].

وما تم توضيحه من وصفات لاستعمال عسل النحل والتمر والحبة السوداء وماء زمزم ما هو إلا تجارب بعض السابقين.. والأصل هو المصدر.

فالعسل مثلاً فيه شفاء، يمكن أن يحلّى به أي شراب ساخنًا أو باردًا، ويمكن أن يشرب صافيًا... ويمكن... ويمكن...

ولكن.. لكل مسلم استعماله الخاص حسب ما يرى، بحيث لا يضر، فلا يشرب منه مثلاً مريض السكر بكميات كبيرة.. كذلك فإن التمر شفاء ولكن ليس

---

(١) العنكبوت: ٤٥.

(٢) رواه النسائي والحاكم.

(٣) رواه ابن السني. ضعيف [السلسلة الضعيفة جـ١/ص٢٧٧/٢٥٣]

(٤) النحل: ٦٩.

(٥) متفق عليه.

(٦) متفق عليه.

(٧) رواه ابن حبان والطبراني.

لمريض السكر أن يأكل منه بكميات كبيرة . . إنما يجب الاعتدال والأخذ بالقدر الذي يتلاءم وصحة الإنسان.

ومـا هذا الكتاب . . إلا دراسة عملية مبسطة، ومن يرد المزيد، في أبواب الـذكر والدعاء، فعليه أن يرجع إلى أمهات الكتب التي تناولت هذه الموضوعات بشيء من التوسع والتفصيل، فعلى سبيل المثال لا الحصر:

١ ـ عمل اليوم والليلة لأبوبكر ابن السني.

٢ ـ تحفة الذاكرين للشوكاني.

٣ ـ الأذكار للنووي.

والله سبحـانه وتعالى هو الذي خلق الأسباب والمسببات، فهو الذي خلق الداء وخلق له سبل الوقاية والشفاء، وأرشدنا إلى أمثل السبل وأنجعها للقضاء على الأمراض واستئصالها.

وعـلى المسلم الـذي ينبض قلبـه بالإيمان، ويلهـج لسـانـه بالذكر الحكيم ـ القرآن ـ أن يكون على ثقة أكيدة ويقين جازم بأن الله تعالى سيشفيه إذا ما سلك مسلك النبي ﷺ، وصحابته وتابعيهم من علماء المسلمين وأئمتهم، فما ذكره النبي ﷺ في العلاج والشفاء منذ أكثر من أربعة عشر قرنًا جاء الطب في العصر الحديث ليؤكد أن استخدام الطب النبوي في التداوي من أنجع الوسائل في العلاج، وأن ما وصل إليه علماء الطب في الغرب أو الشرق على السواء لا يتعارض مع الهدي النبوي في التـداوي، بل إنهم ينادون بالعودة إلى العلاج بالأعشاب والنباتات لما للأدوية الكيماوية من أضرار على الصحة ومضاعفات جانبية قد تعالج مرضًا وتظهر آخر، فسبحان الله العظيم الذي أرسل لنا النبي محمد ﷺ هدى ورحمة للعالمين.

والله أسأل أن يتكرم عليّ بقبول عملي هذا ابتغاء وجهه الكريم، إنه سبحانه نعم الهادي ونعم النصير.

أبو أسامة محيي الدين عبدالحميد

أولا
القرءان الكريم

أولا: القرءان الكريم:

﴿ قل هو للذين آمنوا هدى وشفاء ﴾

إن التداوي بالقرآن أمر ثابت في الشريعة، لا يمكن إنكاره لأنه أصبح معلومًا من الدين بالضرورة، ولا يحدث إلا بإذن الله تبارك وتعالى، فمن أنكر معلومًا من القرآن فقد خرج من ملة الإسلام والعياذ بالله.

والقرآن أعظم دواء كما قال رسول الله ﷺ: «**خير الدواء القرآن**»(١)، وقد ساق رسول الله ﷺ، البشرى لمن تمسك بهذا القرآن وعمل بمقتضاه بأنه لن يهلك ولن يضل أبدًا، فقد قال صلوات الله وسلامه عليه: «**أبشروا فإن هذا القرآن طرفه بيد الله، وطرفه الآخر بأيديكم فتمسكوا به، ولن تهلكوا، ولن تضلوا بعده أبدًا**»(٢).

قال الإمام ابن القيم: فالقرآن هو الشفاء التام من جميع الأدواء القلبية والبدنية، وأدواء الدنيا والآخرة، وما كل أحد يؤهل ولا يوفق للاستشفاء به فإذا أحسن العليل التداوي به، ووضعه على دائه بصدق وإيمان وقبول تام، واعتقاد جازم واستيفاء شروطه لم يقاومه الداء أبدًا.

وكيف تقاوم الأدواء كلام رب الأرض والسماء الذي لو نزل على الجبال لصدعها أو على الأرض لقطعها، فما من مرض من أمراض القلوب والأبدان، إلا وفي القرآن سبيل الدلالة على دوائه وسببه والحمية منه، لمن رزقه الله فهمًا في كتابه فمن لم يشفه القرآن فلا شفاه الله، ومن لم يكفه فلا كفاه الله»(٣).

---

(١) رواه ابن ماجه. الضعيفة ٣٠٩٣ ـ ضعيف ابن ماجه ٣٥٠١/٧٦٧ (ضعفه المناوي في فيض القدير جـ٣ ص٤٧١/٤٠٠٧).

(٢) رواه الطبراني.

(٣) زاد المعاد ـ جـ٤ ص٣٥٢.

يقول الأستاذ سيد قطب(١):

«في القران شفاء من الوسوسة والقلق والحيرة، فهو يصل القلب بالله فيسكن ويطمئن..

وفي القرآن شفاء من الهوى والدنس والطمع والحسد، ونزغات الشيطان.. والقـرآن شفاء من العلل الاجتماعية التي تخلخل بناء الجماعات وتذهب بسلامتها وأمنها وطمأنينتها.

وعندما يصبح القرآن ربيع القلب، ونور الصدر، وجلاء الحزن، وذهاب الهم فإنه يغدو بمنزلة الدواء الذي يستأصل الداء ويعيد البدن إلى صحته واعتداله بعد مرضه واعتلاله.

«ولقـد قامت مؤسسـة العلوم الطبية الإسلامية في ولاية فلوريدا الأمريكية باختبار موسع لمعرفة أثر تلاوة القرآن الكريم على نفوس عدد من المرضى، وقد أثبتت هذه الأبحاث وجود أثر مهديء للقرآن الكريم بنسبة ٩٧٪ حيث دلت على تخفيف درجة توتر الجهاز العصبي التلقائي، وقد تميّز البرنامج الاختباري لتلك المؤسسة الطبية بطول الأناة حيث تم تسجيل وقياس أثر تلاوة القرآن لدى عدد من المسلمين المتحدثين باللغة العربية وغير العربية، بالإضافة إلى عدد من غير المسلمين ولغير المتحدثين بالعربية مسلمين أو غير مسلمين، فقد تليت عليهم آيات قرآنية، وهكذا حصلت المؤسسـة على نسبة ٩٧٪ من الذين خضعوا للاختبار حيث تركت تلاوة القرآن الكريم أثرًا مهدئًا للنفوس»(٢).

تأثير القرءان فيمن يقرأ عليه :

روى أبونعيم في الحلية عن عبدالله بن مسعود ـ رضي الله عنه ـ أنه مر بمصاب فقرأ في أذنه قول الله تعالى: ﴿**أفحسبتم أنما خلقناكم عبثًا وأنكم إلينا لا تُرجعون، فتعالى الله الملك الحق لا إله إلا هو رب العرش الكريم، ومن يدع مع الله إلهًا آخر**

(١) من كتاب: «عليكم بالشفائين العسل والقرآن». د. محمد كمال عبدالعزيز ص٧ بتلخيص.

(٢) الشفاء بالقرآن من الأحزان والآلام النفسية للشيخ عبدالقادر فاكهاني.

لا برهان له به ، فإنما حسابه عند ربه ، إنه لا يفلح الكافرون ، وقل رب اغفر وارحم وأنت خير الراحمين﴾(١) .

فبرأ ، فقال رسول الله ﷺ : «**ماذا قرأت في أذنه؟**» فأخبره فقال : «**والذي نفسي بيده لو أن رجلاً موقنًا قرأها على جبل لزال**» .

مشروعية الرقى :

عن جابر ـ رضي الله عنه ـ أنه دعي لامرأة بالمدينة لدغتها حية ليرقيها فأبى فأخبر بذلك رسول الله ﷺ ، فدعاه ، فقال عمرو : إنك تزجر عن الرقى ! ! فقال : «**اقرأها علي**» فقرأها عليه .

فقال رسول الله ﷺ : «**لا بأس ، إنما هي مواثيق فارق بها**»(٢) وإنما قال ﷺ : «**اقرأها علي**» خشية أن يكون فيها شيء من شرك الجاهلية ، فلما لم يجد شيئًا من ذلك قال : «**لا بأس وأذن له بها**»(٣) .

عن عوف بن مالك قال : كنا نرقى في الجاهلية فقلنا يارسول الله كيف ترى في ذلك؟ فقال : «**اعرضوا علي رقاكم ، لابأس بالرقى ما لم يكن فيه شرك**»(٤) .

عن عائشة أن النبي ﷺ ، كان ينفث على نفسه في المرض الذي مات فيه بالمعوذات ، فلما ثقل كنت أنفث عنه بهن وأمسح بيده نفسه لبركتها»(٥) .

شروط الرقى :

قال الخطابي : الرقية التي أمر بها رسول الله ﷺ ، هي ما يكون بقوارع القرآن ، وبما فيه ذكر لله تعالى على ألسن الأبرار من الخلق الطاهرة النفوس(٦) .

وقد أجمع العلماء على جواز الرقي عند اجتماع ثلاثة شروط هي :

---

(١) المؤمنون : ١١٥ ـ ١١٨ .

(٢) رواه مسلم عن جابر بن عبدالله في روايته عن آل عمر بن حزم .

(٣) الفتح الرباني جـ١٧ ص١٧٨ .

(٤، ٥) صحيح مسلم بشرح النووي .

(٦) عمدة القاريء ١٧/٤٠٣ .

١ ـ أن تكون الرقي بكلام الله تعالى أو بأسمائه وصفاته.
٢ ـ أن تكون الرقية باللغة العربية أو بلغة أخرى معلوم معناها.
٣ ـ أن لا يعتقد الراقي أن الرقية تؤثر بذاتها بل بإرادة الله سبحانه وتعالى(١).

قال الإمام ابن تيمية: ولا يشرع الرقى بما لا يعرف معناه لاسيما إن كان فيه شرك، فإن ذلك محرم، وعامة ما يقوله أهل العزائم فيه شرك، وقد يقرءون مع ذلك شيئًا من القرآن ويظهرونه ويكتمون ما يقولونه من الشرك.. وفي الاستشفاء بما شرعه الله ورسوله ما يغني عن الشرك وأهله(٢).

النشرة:

ما هي النشرة؟

هي ضرب من العلاج، يعالج به من يُظَنُّ أن به سحرًا أو مسًّا من الجن، أو غيرهما من الأمراض، حيث يكتب في ورق أو إناء نظيف سور من القرآن، أو بعض سور أو آيات متفرقة من سورة، أو سور مثل آيات الشفاء، ثم يغسل بالماء، ويمسح به جسد المريض، ويشرب منه.

حكمها:

أجازها سعيد بن المسيب.. روى البخاري في صحيحه عن قتادة قال: قلت: لسعيد بن المسيب: رجل به طب ـ أي سحر ـ أو يؤخذ عن امرأته، أيحل عنه أو ينشر؟ قال: لا بأس به، إنما يريدون الإصلاح، فأما ما ينفع فلم ينه عنه(٣) وكانت عائشة ـ رضي الله عنها ـ تقرأ المعوذتين في إناء ثم تأمر أن يصب على المريض.

وحكى القرطبي عن المازري قال: النشرة أمر معروف عند أهل التعازيم، وسميت بذلك لأنها تنشر عن صاحبها، أي تحل.

والنُّشْرَة من جنس الطب، فهي غُسَالةُ شيءٍ له فَضْل، كوضوء رسول الله

---

(١) صحيح مسلم بشرح النووي.
(٢) كام المرجان ١٠٤، ١١٣.
(٣) صحيح البخاري ـ كتاب الطب.

ﷺ، وقد قال ﷺ: «**لا بأس بالرقى ما لم يكن فيه شرك، ومن استطاع أن ينفع أخاه فليفعل**»(١).

ومن العلماء المحدثين: قال الشيخ عبدالعزيز بن باز:(٢) ومن علاج السحر أن يأخذ سبع ورقات من السدر الأخضر فيدقها بحجر أو نحوه، ويجعلها في إناء ويصب عليها الماء ما يكفيه للغسل، ويقرأ فيها آية الكرسي، والقوافل(٣) وآيات السحر التي في القرآن.. وبعد قراءة ما ذكر في الماء يشرب بعض الشيء ويغتسل بالباقي وبذلك يزول الداء إن شاء الله تعالى.

التعوذ من الشيطان:

لما كان إبليس هو سر تعاسة الإنسان وسبب أمراضه وكل مآسيه، فحينما يَسْتَعِذُ الإنسان بربه ـ عز وجل ـ من هذا العدو اللعين ويتوكل بصدق وإخلاص ويقين على الله فإن رحمة الله تكتنفه بالحفظ والعناية، ويتيسر له الشفاء.

باسم الله الشافي:

فكل عمل لا يبدأ فيه «باسم الله» فهو أبتر.. ناقص.. فببركتها يقي الإنسان نفسه وأهله وعياله وبيته شر كل داء وبلاء، وما أجملها وأعظمها وأجلّها من كلمة هي أول ما يفتتح به كتاب الله.

الاستشفاء بآيات الشفاء:

نقل الإمام ابن الحاج في كتابه «المدخل»(٤) عن الإمام أبي القاسم القشيري أن ولده مرض مرضًا شديدًا، قال: حتى أَيِسْتُ منه واشْتَدَّ الأمْرُ عليَّ، فرأيت النبي ﷺ، في المنام فشكوت له ما بولدي، فقال لي: أين أنت من آيات الشفاء؟!! فانتبهت ففكرت فيها فإذا هي في ستة مواضع من كتاب الله تعالى، وهي:

---

(١) صحيح مسلم بشرح النووي.

(٢) جريدة المسلمون العدد ٩ ص١٦ في ١٢/٤/١٩٨٥م (بتلخيص).

(٣) لقوافل هي: ﴿قل يأيها الكافرون﴾ و﴿قل هو الله أحد﴾ والمعوذتين.

(٤) كتاب المدخل (٤/١٢١) وما بعدها.

- ﴿ويشف صدور قوم مؤمنين﴾[١].
- ﴿قد جاءتكم موعظة من ربكم وشفاء لما في الصدور﴾[٢].
- ﴿يخرج من بطونها شرابٌ مختلفٌ ألوانه فيه شفاء للناس﴾[٣].
- ﴿وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين﴾[٤].
- ﴿وإذا مرضت فهو يشفين﴾[٥].
- ﴿قل هو للذين آمنوا هدىً وشفاء﴾[٦].

قال: فكتبتها في صحيفة ثم حللتها بالماء وسقيته إياها، فكأنما نشط من عقال.

في معية ايات الشفاء:

● عندما تتلى آيات الشفاء على أصحاب العلل والأمراض، يحسون بالراحة وبالأمل في الشفاء الذي لا نشك في أنه من الله العلي القدير. فالقرآن للداء شفاء وللنفوس جلاء. يقول الله ـ سبحانه وتعالى ـ بعد أن حث المسلمين على الاستمرار في قتال العدو وبين أن هلاكهم من الله بسبب ما صنعته أيديهم وأن الله سينصركم على هؤلاء الأعداء فيخزيهم، وسوف يشفي قلوبكم فيمنحها الطمأنينة والهدوء وأن ذلك لا يكون إلا منه فهو المقلب للقلوب، ولن يقتصر الأمر عليكم ولكنه سيذهب الكراهية والغيظ من قلوبهم فلا يفكرون في إيذائكم هذا إذا صدقتم وآمنتم ونفذتم ما تؤمرون به، يقول المولى ـ سبحانه وتعالى ـ: **﴿قاتلوهم يعذبهم الله بأيديكم ويخزهم وينصركم عليهم ويشف صدور قوم مؤمنين، ويذهب غيظ قلوبهم،**

(١) التوبة: ١٤.
(٢) يونس: ٥٧.
(٣) النحل: ٦٩.
(٤) الإسراء: ٨٢.
(٥) الشعراء: ٨٠.
(٦) فصلت: ٤٤.

ويتوب الله على من يشاء والله عليم حكيم﴾[١].

● وهذا كتاب الله فيه الموعظة لمن كان له قلب أو ألقى السمع وهو شهيد، وفيه الشفاء من الأمراض البدنية والروحية، وفيه الهداية لمن ينوى فعل الخير، ورحمته سبحانه التي ينزلها على عباده قد تكون بسبب وجود القرآن بين ظهرانيهم. قال تعالى: ﴿يأيها الناس قد جاءتكم موعظة من ربكم وشفاء لما في الصدور وهدى ورحمة للمؤمنين﴾[٢].

● وسبحان من أوحى إلى الكائنات والإنسان والحشرات، ثم من كان يعلم فائدة العسل؟ ومن أخبر الرسول ﷺ بعظيم فائدة العسل إلا خالق الكون والمطلع على أسراره، فمنه الشفاء، ويعلم سبحانه الدواء والداء. قال تعالى: ﴿وأوحى ربك إلى النحل أن اتخذي من الجبال بيوتًا ومن الشجر ومما يعرشون، ثم كلي من كل الثمرات فاسلكي سبل ربك ذللاً يخرج من بطونها شرابٌ مختلفٌ ألوانه فيه شفاء للناس، إن في ذلك لآية لقوم يتفكرون﴾[٣].

● والقرآن شفاء من جميع الأمراض النفسية والبدنية باختلاف أنواعها، ورحمة لنا معشر البشر، يقول الحق - تبارك وتعالى -: ﴿وننزّل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ولا يزيد الظالمين إلا خسارًا﴾[٤]، وكلمة ﴿من﴾ في الآية لبيان الجنس لا للتبعيض، وسبحان الله، من يتدبر كلمة شفاء ورحمة ليدرك أن الرحمة لازمة لحالة الشفاء، لأنه من الممكن أن يُشفى مريض من داء ولكن قد يعتاده ويعود إليه مرة أخرى، أو يشفى ولكن بوهن وتخريب في أماكن أخرى من الجسم، ولكن القرآن يأتي بالشفاء والرحمة من الله ليستريح المريض تمامًا من آلامه كلها.

ثم إن هذه الآية الكريمة حددت أن الشفاء والرحمة من القرآن لفئة هي أهل

---

(١) التوبة: ١٤، ١٥.

(٢) يونس: ٥٧.

(٣) النحل: ٦٨، ٦٩.

(٤) الإسراء: ٨٢.

القرآن والمؤمنين به العاملين بشرعه، أما الذين لا يؤمنون به كيف يفيدهم القرآن وهم جاحدوه أو تاركوه أو أدعياء إسلام هم قد هجروه؟!!

● والله هو الخالق الهادي إلى سواء السبيل، وهو الطاعم الساقي لكل الكائنات وهو الذي بيده شفاء المرضى لمن يريد شفاءه من الأمراض النفسية والجسمية مهما كانت شدتها وخطورتها، والتي يعجز الأطباء عن إيجاد طريق للوصول إلى معرفة دائها، أو يعرفونها لكن يعجزون عن إتمام شفائها، فهو الشافي المعافي وحده. قال الله تعالى: ﴿**فإنهم عدو لي إلا رب العالمين، الذي خلقني فهو يهدين والذي هو يطعمني ويسقين، وإذا مرضت فهو يشفين، والذي يُميتني ثم يحيين**﴾[١].

● والذين آمنوا وصدقوا بما جاء على لسان الأنبياء، وآخرهم محمد بن عبدالله ﷺ، إنه القرآن هادٍ لهم وموفِّقهم إلى العمل الصالح وشافيهم من العلل والأمراض، بخلاف ما عليه غير المسلمين فقد ضرب الله على آذانهم فهم لا يسمعون وعلى قلوبهم فهم لا يعقلون. قال الله تعالى: ﴿**قل هو للذين آمنوا هدى وشفاء، والذين لا يؤمنون في آذانهم وقر وهو عليهم عمى**﴾[٢].

تلك هي مواطن الشفاء الستة التي أشار إليها القرآن عشنا معها واستروحنا بأريجها ورحماتها، وصدق رسول الله ﷺ، حيث قال: ﴿**ما أنزل الله داء إلا أنزل الله له شفاء**﴾[٣].

فاتحة الكتاب شفاء للقلوب والأبدان:

فاتحة الكتاب هي أم الكتاب، وهي أعظم سورة في القرآن، هي السبع المثاني فلا عجب أن يكون فيها شفاء القلوب.. وشفاء الأبدان، فتعال أخي المسلم نتعرف على بعض أسرارها.

(١) الشعراء: ٧٧ ـ ٨١.
(٢) فصلت: ٤٤.
(٣) رواه البخاري.

إن ما تضمنته الفاتحة من إخلاص العبودية لله والثناء عليه، وتفويض الأمر كله إليه، والاستعانة به، والتوكل عليه، وسؤاله مجامع النعم كلها، وهي الهداية التي تجلب النعم، وتدفع النقم من أعظم الأدوية الشافية الكافية.

فدواء الرياء ﴿**إياك نعبد**﴾، ودواء الكبر ﴿**إياك نستعين**﴾ ودواء الضلال والجهل: ﴿**اهدنا الصراط المستقيم**﴾ فمن عوفي من هذه الأمراض، فقد رَفَلَ في أثواب العافية وتمت عليه النعمة، وكان من المنعم عليهم، غير المغضوب عليهم وهم أهل فساد القصد الذين عرفوا الحق وعدلوا عنه، والضالين، وهم أهل فساد العلم الذين جهلوا الحق ولم يعرفوه.

عن أبي سعيد بن المعلى الأنصاري المدني - رضي الله عنه - قال: قال رسول الله ﷺ: «**ألا أعلمك سورة هي أعظم سورة في القرآن؟ قبل أن نخرج فأخذ بيدي، فلما أراد أن يخرج، قلت: يارسول الله إنك قلت: ألا أعلمك أعظم سورة في القرآن؟ قال: ﴿الحمد لله رب العالمين﴾ هي السبع المثاني والقرآن العظيم الذي أوتيته**»[١].

يقول المولى - سبحانه وتعالى -: ﴿**ولقد آتيناك سبعًا من المثاني والقرآن العظيم**﴾[٢].

عن أبي سعيد الخدري - رضي الله عنه - قال: انطلق نفر من أصحاب النبي ﷺ، في سفرة سافروها حتى نزلوا على حي من أحياء العرب فاستضافوهم فأبوا أن يضيفوهم.. فلدغ سيد ذلك الحي، فسعوا له بكل شيء، لا ينفعه شيء، فقال بعضهم: لو أتيتم هؤلاء الرهط الذين نزلوا لعلهم أن يكون عندهم بعض شيء فأتوهم فقالوا: ياأيها الرهط، إن سيدنا لدغ، وسعينا له بكل شيء لا ينفعه، فهل عند أحد منكم من شيء؟

فقال بعضهم: نعم، والله إني لأرقي، ولكن استضفناكم فلم تضيفونا، فما

---

(١) أخرجه البخاري.

(٢) الحجر: ٨٧.

أنا براقٍ، حتى تجعلوا لنا جعلاً ـ أي أجرة ـ.

فصالحوهم على قطيع من الغنم، فانطلق يتفل عليه ويقرأ: ﴿**الحمد لله رب العالمين**﴾ ـ أي الفاتحة كلها ـ فكأنما نَشِطَ من عِقال، فانطلق يمشي وما به من قَلَبَة(١).

قال: فأوفوهم جعلهم الذي صالحوهم عليه، فقال بعضهم: اقتسموا، فقال الذي رقي: لا تفعلوا حتى نأتي رسول الله ﷺ، فنذكر له الذي كان فننظر الذي يأمرنا.. فقدموا على رسول الله ﷺ، فذكروا له ذلك، فقال: «**وما يدريك أنها رقية؟**» ثم قال: «**قد أصبتم، اقتسموا واضربوا لي معكم سهمًا**»(٢).

وهكذا يبدو تأثير الفاتحة فيمن لُدغ، ولم يشفع فيه طبهم، فانطلق بعد الفاتحة كما ينطلق الحمل من قيده.

يقول الشيخ الغزالي(٣): لقد استوقفتني هذه القصة من وجوه عدة.. فإن فاتحة الكتاب سورة عظيمة القدر بما حوت من تمجيد لله ودعاء، فكان ظني أنها تنفع قارئها وحده، أما أن تنفع المقروء له، فذاك ما أثبتته القصة هنا.

قال ابن القيم: ولقد مرّ بي وقت بمكة سقمت، فيه وفقدت الطبيب والدواء فكنت أعالج نفسي بالفاتحة وأقرؤها على شربة من ماء زمزم مرارًا ثم أشربه، فوجدت بذلك البرء التام، ثم صرت أعتمد ذلك عند كثير من الأوجاع فانتفع بها غاية الانتفاع(٤).

وقال أيضًا: الفاتحة هي أم القرآن والسبع المثاني والشفاء التام والدواء النافع، والرقية التامة، ومفتاح الغنى والفلاح، وحافظة القوة، ودافعة الهم والغم، والخوف

---

(١) القَلَبَة: أي العِلَّة.

(٢) رواه الشيخان.

(٣) من كتاب: «الاستشفاء بالدعاء» إبراهيم الجمل ص٦٥.

(٤) زاد المعاد جـ٣ ص١٢٢ (بتصرف).

والحزن لمن عرف مقدارها وأعطاها حقها، وأحسن تنزيلها على دائه، وعرف وجه الاستشفاء والتداوي بها[١].

الاستشفاء بآية الكرسي :

عن أبي بن كعب قال: قال رسول الله ﷺ: «**يا أبا المنذر أتدري أيّ آي من كتاب الله معك أعظم**»، قال: قلت: ﴿**الله لا إله إلا هو الحي القيوم**﴾ فضرب على صدري وقال: «**لِيَهْنَكَ العلم أبا المنذر**»[٢].

وفي رواية: «**والذي نفسي بيده إن لهذه الآية لسانًا وشفتين تقدس الملك عند ساق العرش**»[٣].

يقول الشيخ عبدالعزيز بن باز: وقد صح عن رسول الله ﷺ، أنه قال: «**من قرأ آية الكرسي في ليلة لم يزل عليه من الله حافظ ولا يقربه شيطان حتى يصبح**»[٤].

قال النبي ﷺ: «**سورة البقرة فيها سيدة آي القرآن لا تقرأ في بيت وفيه شيطان إلا خرج منه، آية الكرسي**»[٥].

وآية الكرسي، هي آية التوحيد، وآية المستعيذين المستجيرين، هي الآية الآمنة والحافظة والحارسة والمحصنة والطاردة والمخرجة والمحتوية... فأي شفاء واستشفاء أعظم من هذا، وكيف لا وفيها اسم الله **الأعظم** ـ على الرأي الراجح المشهور ـ الذي يشفي من العلل والنزلات والأمراض على اختلافها.

الاستشفاء بخواتيم سورة البقرة :

عن عبدالرحمن بن يزيد قال: لقيت أبا مسعود عند البيت فقلت: حديث بلغني عنك في الآيتين من سورة البقرة، فقال: نعم. قال رسول الله ﷺ: «**الآيتان**

---

(١) زاد المعاد جـ٣، ص١٧٧.

(٢) رواه مسلم. وقوله: ليهنك: أي ليكن العلم هنيئًا لك والمقصود بمنزلة الآية وعظمها.

(٣) رواه أحمد والترمذي.

(٤) جريدة المسلمون عدد ٩ ص١٦ في ٦/٤/١٩٨٥.

(٥) رواه الحاكم والبيهقي.

من آخر سورة البقرة من قرأها في ليلة كفتاه»[١] .

قال النووي ـ رحمه الله ـ: قيل: معناه كفتاه من قيام الليل، وقيل من الشيطان وقيل من الآفات، ويحتمل الجميع.

عن النعمان بن بشير قال: قال رسول الله ﷺ: «**إن الله تعالى كتب كتابًا قبل أن يخلق السموات والأرض بألفي عام وهو عند العرش وأنه أنزل منه آيتين ختم بهما سورة البقرة، ولا يقرأن في دار ثلاث ليال فيقربها شيطان**»[٢] .

وقال ﷺ: «**إن الله ختم سورة البقرة بآيتين أعطانيهما من كنزه الذي تحت عرشه، فتعلموهن وعلموهن نساءكم وأبناءكم، فإنها صلاة وقرآن ودعاء**»[٣] ومعنى قوله: «**فإنها صلاة وقرآن ودعاء**» أي يقرأ بهما المصلي في صلاته، ويتلو بهما التالي في تلاوته، ويدعو بهما الداعي في دعائه، ويستشفي بهما المريض مما أصابه من مرض نفسي أو جسمي، والله وحده الذي يستجيب بفضل هذه الخواتيم.

الاستشفاء بالمعوذات:

الرقى بالمعوذات وغيرها، هو الطب الروحاني، إذا كان على لسان الأبرار من الخلق حصل الشفاء بإذن الله تعالى.

مرض عثمان، فدعا له رسول الله ﷺ، وعوَّذه بها في سورة الإخلاص من أسماء الله ـ سبحانه وتعالى ـ: فقد روى عثمان ـ رضي الله عنه ـ أنه شكا إلى رسول الله ﷺ، وجعًا يجده في جسده، فقال له رسول الله ﷺ: «**ضع يدك على الذي تألم من جسدك، وقال: بسم الله الرحمن الرحيم أعيذك بالله الأحد الصمد الذي لم يلد ولم يولد ولم يكن له كفوًا أحد من شر ما تجد**». . فلما استقل رسول الله ﷺ، قائمًا قال لي: «**يا عثمان تعوذ فما تعوذتم بمثلها**»[٤].

---

(١) أخرجه البخاري ومسلم.

(٢) رواه مسلم.

(٣) أخرجه الحاكم. ضعيف المشكاة ٢/٧٣، الترغيب ٢/٢٢٠.

(٤) رواه أبويعلى وابن السني. الضعيفة ٢٨٤٧.

عن عائشة ـ رضي الله عنها ـ: «أن رسول الله ﷺ، كان إذا اشتكى يقرأ على نفسه بالمعوذات، وينفث، فلما اشتد وجعه كنت أقرأ عليه وأمسح بيده رجاء بركتها»(١).

وعن عقبة بن عامر قال: بينما أنا أسير مع رسول الله ﷺ، بين الجحفة والأبواء، إذ غشيتنا ريح وظلمة شديدة فجعل رسول الله ﷺ، يتعوذ بـ: **﴿قل أعوذ برب الفلق﴾** و**﴿قل أعوذ برب الناس﴾** ويقول: «**ياعقبة تعوذ بهما فما تعوذ متعوذ بمثلهما**»(٢).

استشفى النبي ﷺ بعلاجين: علاج طبيعي وعلاج إلهي، فهذا علاج مركب من دوائين.

قال ابن القيم: أما العلاج الطبيعي، فبالملح، وفي الملح نفع لكثير من السموم ولاسيما لدغة العقرب، فقالوا: إن فيه من القوة الجاذبة المحللة ما يجذب السموم ويحللها، ولما كان في لسعة العقرب قوة نارية فإنها تحتاج إلى تبريد وجذب وإخراج، وهذا أتم ما يكون من العلاج وأيسره وأسهله.

أما العلاج الإلـهي: فيحدثنا عنه ابن مسعود ـ رضي الله عنه ـ قال: بينما رسول الله ﷺ يصلي إذ سجد فلدغته عقرب في أصبعه فانصرف رسول الله ﷺ، وقال: «**لعن الله العقرب ما تدع نبيًّا ولا غيره**» ثم دعا بإناء فيه ملح فجعل يضع موضع اللدغة في الماء والملح ويقرأ: «قل هو الله أحد والمعوذتين حتى سكنت»(٣).

وقال ابن القيم يوضح الفرق بين العلاجين الطبيعي والإلـهي:

«اعلم أن الأدوية الإلـهية تنفع من الداء بعد حصوله، وتمنع من وقوعه، إن لم يقع وقوعًا مضرًا، وإن كان مؤذيًا.

والأدوية الطبيعية إنما تنفع بعد حصول الداء، فالتعويذات والأذكار

---

(١) رواه البخاري.

(٢) أخرجه أبوداود.

(٣) رواه ابن أبي شيبة في مسنده.

والاستشفاء إما أن تمنع وقوع هذه الأسباب، وإما أن تحول بينها وبين كمال تأثيرها بحسب كمال المتعوذ وقوته وضعفه، فالرقى والعوذ تستعمل لحفظ الصحة ولإزالة المرض.

الاستشفاء باسم الله الأعظم :

اسم الله الأعظم الذي إذا دُعي به أجاب، ورد ذكره في القرآن في أكثر من موضع. قال تعالى:

﴿الله لا إله إلا هو الحي القيوم لا تأخذه سنة ولا نوم﴾(١).

وقال تعالى:

﴿الٓمٓ الله لا إله إلا هو الحي القيوم﴾(٢).

وقال تعالى:

﴿وعنت الوجوه للحي القيوم﴾(٣).

وهذا ما أشار إليه الحديث الشريف الذي رواه أبوأمامة الباهلي ـ رضي الله عنه ـ عن النبي ﷺ، قال: «**اسم الله الأعظم الذي إذا دُعي به أجاب في ثلاث سور من القرآن: في البقرة وآل عمران، وطه**»(٤).

ويكون ذلك بعد قيام الليل وتنوي الصيام لهذا اليوم، وتتضرع ببركة اسم الله الأعظم داعيًا المولى ـ عز وجل ـ أن يشفيك أو يشفي من تريد.

القرءان أعظم دواء للأمراض النفسية :

قال الإمام جعفر الصادق ـ رضي الله عنه ـ:

- «عجبت لمن خاف ولم يفزع إلى قوله تعالى: **﴿حسبنا الله ونعم الوكيل﴾**(٥). فإني

---

(١) البقرة: ٢٥٥ «وهي آية الكرسي».

(٢) آل عمران: ١، ٢.

(٣) طه: ١١١.

(٤) أخرجه ابن ماجه والحاكم والطبراني.

(٥) آل عمران: ١٧٣.

رأيت بعدها قوله تعالى: ﴿**فانقلبوا بنعمة من الله وفضل...**﴾[١].

- وعجبت لمن اغتم - أصابه الحزن - ولم يفزع إلى قوله تعالى: ﴿**لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين**﴾[٢] فإني رأيت قوله تعالى: ﴿**فاستجبنا له ونجيناه من الغم وكذلك ننجي المؤمنين**﴾[٣].

- وعجبت لمن تعرض لمكر الماكرين وخداع المخادعين ولم يفزع لقوله تعالى: ﴿**وأفوض أمري إلى الله، إن الله بصير بالعباد**﴾[٤] فإني رأيت بعدها قوله تعالى: ﴿**فوقاه الله سيئات ما مكروا وحاق بآل فرعون سوء العذاب**﴾[٥].

- وعجبت لمن أصابه المرض ولم يفزع إلى قوله تعالى: ﴿**أني مسني الضر وأنت أرحم الراحمين**﴾[٦] فإني رأيت بعدها قوله تعالى: ﴿**فاستجبنا له فكشفنا ما به من ضر وآتيناه أهله ومثلهم معهم رحمة من عندنا وذكرى للعابدين**﴾[٧].

---

(١) آل عمران: ١٧٤.

(٢) الأنبياء: ٨٧.

(٣) يونس: ٨٨.

(٤) غافر: ٤٤.

(٥) غافر: ٤٥.

(٦) الأنبياء: ٨٣.

(٧) الأنبياء: ٨٤.

القرآن علاج للأمراض العضوية

للصداع :

تمسك بيدك اليمنى رأس المريض وتقرأ:

بسم الله الرحمن الرحيم : ﴿يريد الله أن يخفف عنكم وخلق الإنسان ضعيفا﴾(١) .

بسم الله الرحمن الرحيم : ﴿الآن خفف الله عنكم وعلم أن فيكم ضعفا﴾(٢) .

بسم الله الرحمن الرحيم : ﴿كهيعص، ذكر رحمت ربك عبده زكريا، إذ نادى ربه نداء خفيا﴾(٣) .

بسم الله الرحمن الرحيم : ﴿وإذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان﴾ (٤) .

بسم الله الرحمن الرحيم : ﴿وله ما سكن في الليل والنهار، وهو السميع العليم﴾(٥) .

بسم الله الرحمن الرحيم : ﴿ألم تر إلى ربك كيف مد الظل ولو شاء لجعله ساكنًا﴾(٦) .

بسم الله الرحمن الرحيم : ﴿حمٓ، عٓسٓقٓ﴾ (٧).

---

(١) النساء : ٢٨ .

(٢) الأنفال : ٦٦ .

(٣) مريم : ١ .

(٤) البقرة : ١٨٦ .

(٥) الأنعام : ١٣ .

(٦) الفرقان : ٤٥ .

(٧) الشورى : ١ ، ٢ .

ثم تمسك الرأس بيدك اليمنى ، وتضغط بالسبابة والإبهام على الصدغين وتقرأ فاتحة الكتاب، سبع مرات، (وسبحان الله سرعان ما يزول الصداع لمن أيقن وألقى السمع وهو شهيد).

للشقيقة :

تقرأ سورة الإخلاص ثلاث مرات، وتقرأ قوله تعالى : ﴿**لو أنزلنا هذا القرآن على جبل لرأيته خاشعًا متصدعًا من خشية الله**﴾[1] سبع مرات على كوب ماء زمزم أو ماء مطر، وتشرب نصفه، وتغسل بالنصف الآخر النصف المصاب من الرأس بالشقيقة .

لكل أوجاع الرأس :

تمسك الرأس بيدك اليمنى ، وتقرأ آيات الشفاء الستة التي وردت في القرآن[2] وفاتحة الكتاب سبع مرات .

لأمراض العيون وتقوية النظر :

يقرأ على ظهر الإبهام من أصبع اليدين : ﴿**فكشفنا عنك غطاءك فبصرك اليوم حديد**﴾[3] سبع مرات . مع الصلاة على رسول الله ﷺ، في كل مرة . . ثم يتفل على إبهاميه ويمسح بهما عينيه .

فببركة الله يأمن الرمد وأمراض العيون ويقوى نظره بإذن الله وبركة كتاب الله .

لوجع الضرس :

يكتب على الخد الذي يلي الوجع : بسم الله الرحمن الرحيم : ﴿**قل هو الذي أنشأكم وجعل لكم السمع والأبصار والأفئدة قليلاً ما تشكرون**﴾[4] وكذلك : ﴿**وله ما سكن في الليل والنهار وهو السميع العليم**﴾[5] .

---

(١) الحشر: ٢١ .

(٢) سبق ذكرها في هذا الفصل.

(٣) ق: ٢٢ .

(٤) الملك: ٢٣ . (٥) الأنعام: ١٣ .

لوجع الحلق :

شكا رجل إلى النبي ﷺ، وجع حلقه، فقال له رسول الله ﷺ: «**عليك بقراءة القرآن**»(١) .

فكثرة التلاوة تنزل السكينة والرحمة فيشفيه الله عز وجل، وكلما واصل التلاوة كلما انسجمت أحباله الصوتية وانزاحت عنه كل عوامل المرض، بإذن الله .

للرعاف (الدم من الأنف) :

كان شيخ الإسلام ابن تيمية، يكتب على جبهة المريض: ﴿**وقيل ياأرض ابلعي ماءك وياسماء أقلعي وغيض الماء وقضي الأمر**﴾(٢) .

قال ابن القيم: وسمعته يقول: كتبتها لغير واحد فبرأ. . وقال: لا يجوز كتابتها بدم الراعف، كما يفعله الجهال، فإن الدم نجس ولا يجوز أن يكتب به كلام الله تعالى(٣) .

للصمم :

توضع اليد اليمنى للقاريء على الأذن الصماء ويقرأ: ﴿**لو أنزلنا هذا القرآن على جبل لرأيته خاشعًا متصدعًا من خشية الله، وتلك الأمثال نضربها للناس لعلهم يتفكرون، هو الله الذي لا إله إلا هو عالم الغيب والشهادة هو الرحمن الرحيم، هو الله الذي لا إله إلا هو الملك القدوس السلام المؤمن المهيمن العزيز الجبار المتكبر، سبحان الله عما يشركون، هو الله الخالق الباريء المصور له الأسماء الحسنى، يسبح له ما في السموات والأرض وهو العزيز الحكيم**﴾(٤) .

---

(١) أخرجه البيهقي .

(٢) هود: ٤٤ .

(٣) الطب النبوي لابن القيم ص٢٧٨ .

(٤) الحشر: ٢١ ـ ٢٤ .

لعلاج الأمراض الجلدية :

تشير بإصبعك السبابة لليد اليمنى نحو الداء وتقرأ قوله تعالى : ﴿**أو كالذي مر على قرية وهي خاوية على عروشها قال أنى يحيى هذه الله بعد موتها فأماته الله مائة عام ثم بعثه ، قال كم لبثت ، قال لبثت يومًا أو بعض يوم ، قال بل لبثت مائة عام فانظر إلى طعامك وشرابك لم يتسنه ، وانظر إلى حمارك ولنجعلك آية للناس وانظر إلى العظام كيف ننشزها ثم نكسوها لحما فلما تبين له قال أعلم أن الله على كل شيء قدير**﴾[1] .

للحزاز ـ وجع في القلب من غيظ ونحوه ـ :

يقرأ عليه : ﴿**فأصابها إعصار فيه نار فاحترقت**﴾[2] بحول الله وقوته .

للخراج :

يقـرأ عليه : ﴿**ويسـألونك عن الجبال فقل ينسفها ربي نسفا ، فيذرها قاعًا صفصفًا لا ترى فيها عوجًا ولا أمتا**﴾[3] .

لعلاج الأمراض الصدرية :

تقرأ سورة الانشراح ، وقوله تعالى : ﴿**رب اشرح لي صدري ويسر لي أمري واحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي**﴾[4] .

وأثناء القراءة تمسح بيدك اليمنى على صدر المريض (وتدلكه) .

كذلـك قراءة الفاتحة على ماء زمزم وغسل الصدر بها ، والشرب منها يقوي الصدر ويزيل الآلام بإذن الله تعالى .

لعلاج الأمراض القلبية والصدرية والخفقان والام المعدة والام الكبد :

تكتب آية الكرسي ثلاث مرات بزعفران وماء ورد في إناء أبيض ، وتمحى بماء

---

(١) البقرة : ٢٥٩ .
(٢) البقرة : ٢٦٦ .
(٣) طه : ١٠٦ .
(٤) طه : ٢٥ ـ ٢٨ .

نقي (أو زمزم أفضل) ويشرب منها على الريق لمدة أسبوع.

تقرأ فاتحة الكتاب سبع مرات على ماء زمزم (بدون قول آمين لأنها تقال في الصلاة فقط) ثم يشرب الماء على الريق.

مرض القلب:

عن أبي جعفر محمد بن علي ـ رضي الله عنه ـ قال: «**من وجد في قلبه قسوة فليكتب يسٓ في (صحن) بماء وزعفران، ثم يشربه**»(١).

ومن المجربات: لتقوية القلب وتفريحه، أن تقرأ قبل النوم سورة غافر وأنت واضع يدك اليمنى على قلبك. ثم لتقرأ في الصباح فاتحة الكتاب على سبع تمرات وتأكلها بسم الله وعلى بركة الله.. وتكثر من ذكر الله، ﴿**ألا بذكر الله تطمئن القلوب**﴾.

علاج القولون:

تكتب الفاتحة حتى قوله تعالى ولا الضالين، ثم الإخلاص والمعوذتين، وبعد ذلك يكتب: «أعوذ بوجه الله العظيم وبعزته التي لا ترام وبقدرته التي لا يمتنع منها شيء. من شر هذا الوجع ومن شر ما فيه».

وتكون الكتابة بزعفران أو ماء ورد على صحن زجاجي أو صيني، وتمحى بماء المطر أو ماء زمزم ولكن بعد أن يجف.

لإبطال السم وعلاج الرجفة:

تقرأ بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿**لإيلاف قريش، إيلافهم رحلة الشتاء والصيف**﴾(٢) على المريض سبع مرات وتكتبها له بالزعفران في إناء أبيض وبعد أن تجف الكتابة تمحى بماء المطر أو ماء زمزم ويشربها المريض لمدة أسبوع على الريق.

---

(١) رواه القرطبي والحاكم في المستدرك.

(٢) قريش: ١.

لعلاج الروماتيزم:

ضع يدك اليمنى على مكان الألم واقرأ ثلاثًا: ﴿**وما كان لنفسٍ أن تموت إلا بإذن الله كتابًا مؤجلاً، ومن يرد ثواب الدنيا نؤته منها، ومن يرد ثوابَ الآخرة نؤته منها وسنجزي الشاكرين**﴾(١).

وتقرأ سورة القدر، سبع مرات.

أو تقرأ قوله تعالى: ﴿**أولم ير الذين كفروا أن السموات والأرض كانتا رتقًا ففتقناهما وجعلنا من الماء كل شيء حي أفلا يؤمنون**﴾(٢).

للآلام المثانة:

تقرأ قوله تعالى وأنت واضع يدك على مكان الآلم: ﴿**ألم تعلم أن الله على كل شيء قدير، ألم تعلم أن الله له ملك السموات والأرض وما لكم من دون الله من ولي ولا نصير**﴾(٣) ثلاث مرات.

لتسهيل الولادة:

قال الخلال: حدثني عبدالله بن أحمد، قال: رأيت أبي يكتب للمرأة ـ إذا عسر عليها ولادتها ـ في جام أبيض (ورق) أو أي شيء نظيف (كالصحن) يكتب حديث ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ: «**لا إله إلا الله، الحليم الكريم، سبحان الله رب العرش العظيم (الحمد لله رب العالمين) ﴿كأنهم يوم يرون ما يوعدون لم يلبثوا إلا ساعة من نهار بلاغٌ فهل يهلك إلا القوم الفاسقون﴾(٤) ﴿كأنهم يوم يرونها لم يلبثوا إلا عشية أو ضحاها﴾(٥)**.

---

(١) آل عمران: ١٤٥.

(٢) الأنبياء: ٣٠.

(٣) البقرة: ١٠٦، ١٠٧.

(٤) الأحقاف: ٣٥.

(٥) النازعات: ٤٦.

ورخّص جماعة من السلف في كتابة بعض القرآن وشربه وجعل ذلك من الشفاء الذي جعل الله فيه.

(كتاب آخر لذلك): يكتب في إناء نظيف (بزعفران وماء ورد): ﴿**إذا السماء انشقت، وأذنت لربها وحقت، وإذا الأرض مدت، وألقت ما فيها وتخلت**﴾[١].

وتشرب الحامل منه ويرش على بطنها[٢] (وذلك بعدما تجف الكتابة يمحى بماء زمزم أو ماء عذب ويشرب ويرش).

للحمى:

قال المروزي رحمه الله، بلغ أحمد أني حممت فكتب لي من الحمى رقعة فيها: «بسم الله الرحمن الرحيم بسم الله وبالله محمد رسول الله ﴿**يانار كوني بردا وسلاما على إبراهيم، وأرادوا به كيدا فجعلناهم الأخسرين**﴾[٣] اللهم رب جبريل وميكائيل وإسرافيل اشف صاحب هذا الكتاب بحولك وقوتك وجبروتك إله الحق، آمين[٤].

لفزع الأطفال، وقلق الكبار:

يكتب له: ﴿**فضربنا على آذانهم في الكهف سنين عددا، ثم بعثناهم لنعلم أي الحزبين أحصى بما لبثوا أمدا**﴾[٥]، بزعفران وماء ورد في صحن ويمحى بماء زمزم أو ماء مطر ويشرب[٦].

لعلاج الاكتئاب والحزن والهم والغم:

تكتب سورة الانشراح في إناء (صحن) ثم بعد أن تجف الكتابة تمحى بماء ورد ويشرب على بركة الله.

---

(١) الانشقاق: ١ ـ ٤.

(٢) الطب النبوي لابن القيم الجوزية ص٢٧٧ ـ ٢٧٨.

(٣) الأنبياء: ٧٠.

(٤) الطب النبوي للحافظ أبوعبدالله محمد بن أحمد الذهبي ص٢٨٥.

(٥) الكهف: ١١، ١٢.

(٦) قال النووي في شرح المهذب: لو كتب القرآن في إناء ثم غسله وسقاه المريض فقال الحسن البصري ومجاهد وأبوقلابة والأوزاعي لا بأس به.

لعلاج الحسد والوقاية منه :

الحسد مرض لعين ينبعث من عين الجن، أو الإنس، بقوة شيطانية تحدث التخريب في النعمة من مال أو صحة أو عافية . . وللحماية والوقاية والعلاج علينا أن نكثر من قراءة القرآن بإخلاص، فعن أبي سعيد الخدري - رضي الله عنه - أن رسول الله ﷺ : «**كان يتعوذ من أعين الجان وأعين الإنسان فلما نزلت المعوذات أخذ بهما وترك ما سواهما**»(١) .

الوقاية من مس الجن :

وضع العلماء عشرة أمور إذا سلكها المؤمن عصم نفسه من الجن ودفع شرهم بإذن الله :

الأول : الاستعاذة بالله منهم : ﴿**وإما ينزغنك من الشيطان نزغ فاستعذ بالله إنه هو السميع العليم**﴾ (٢).

الثاني : قراءة المعوذتين.

الثالث : قراءة آية الكرسي، فقد ورد في الصحيح : «**إذا أويت إلى فراشك فاقرأ آية الكرسي، لن يزال عليك من الله حافظ ولا يقربك شيطان حتى تصبح**» .

الرابع : قراءة سورة البقرة ففي الحديث: «**لا تجعلوا بيوتكم مقابر إن الشيطان يفر من البيت الذي يقرأ فيه سورة البقرة**»(٣) .

الخامس: قراءة خاتمة سورة البقرة، ففي الحديث: «**الآيتان من سورة البقرة من قرأها في ليلة كفتاه**»(٤) .

السادس : قراءة أول سورة غافر: ﴿**حمٓ تنزيل الكتاب**﴾ - إلى قوله - ﴿**المصير**﴾ .

---

(١) رواه الترمذي وابن ماجه.

(٢) فصلت: ٣٦.

(٣) رواه مسلم.

(٤) أخرجه البخاري ومسلم.

السابع : قول لا إله إلا الله وحده لا شريك له له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير. مائة مرة.

الثامن : كثرة ذكر الله تعالى.

التاسع : الوضوء والصلاة خاصة عند الغضب.

العاشر : إمساك فضول النظر والكلام والطعام ومخالطة الناس، فإن الشيطان يتسلط على ابن آدم من هذه الأبواب(١).

لعلاج المس (الصرع) :

تقرأ سورة يس على المصروع وتكتب على جبهته ﴿**ولقد علمت الجنة إنهم لمحضرون سبحان الله عما يصفون**﴾(٢) فإنه بإذن الله سيفيق وسينخلع عن جسده الشيطان، وعليه دومًا بكثرة قراءة كتاب الله والعمل بأحكامه وصدق الله تعالى: ﴿**فإذا قرأت القرآن فاستعذ بالله من الشيطان الرجيم، إنه ليس له سلطان على الذين آمنوا وعلى ربهم يتوكلون**﴾(٣).

وهناك طرق أخرى لعلاج الصرع وحرق العارض منها:

١ - تؤذن في أذن المصروع (اليمنى) سبع مرات.

٢ - وتقرأ فاتحة الكتاب والمعوذتين وآية الكرسي والصافات وآخر سورة الحشر وسورة الطارق.

لإفاقة المصروع والمغمى عليه :

- تقرأ آية الكرسي إحدى عشر مرة على رأس المصروع.

- تقرأ في أذن المصروع: ﴿**أفحسبتم أنما خلقناكم عبثًا. . .**﴾ الآيات آخر سورة المؤمنون(٤).

---

(١) محمد الثاقب / جريدة المسلمون العدد ٣٣٨ ص٣، في ١٤١٢/١/١٥هـ.

(٢) الصافات: ١٥٨، ١٥٩.

(٣) النحل: ٩٨، ٩٩.

(٤) المؤمنون: ١١٥ - ١١٨ راجع في هذا البحث، «تأثير القرآن فيمن يقرأ عليه» هنا صفحة رقم ٢ من العلاج بالقرآن.

لعلاج الأمراض العقلية :

أخرج ابن الضريس عن سعيد بن جبير ـ رضي الله عنه ـ أنه قرأ على رجل مجنـون سورة يسٓ فبريء. فبـبركـة القرآن ينخلع الجان من عقول الذين أصابهم الجنون لأن أغلبه ينجم من مس الجن، فينزل على المسلمين منهم بالتهديد والوعيد والإنـذار لعلهم يتقـون الله، وعلى الكافرين يتنزل عليهم كأنه الصواعق الملتهبة فيهربون فيفيق المجنون بإذن الله تعالى.

لعلاج السحر :

أخرج ابن أبي حاتم عن ليث قال: «**بلغني أن هؤلاء الآيات شفاء من السحر تقرأ في إناء فيه ماء ثم يصب على رأس المسحور:**

﴿فلما ألقوا قال موسى ما جئتم به السحر إن الله سيبطله، إن الله لا يصلح عمل المفسدين ويحق الله الحق بكلماته ولو كره المجرمون﴾(1).

﴿وأوحينا إلى موسى أن ألق عصاك فإذا هي تلقف ما يأفكون، فوقع الحق وبطل ما كانوا يعملون، فغُلبوا هنالك وانقلبوا صاغرين، وألقي السحرة ساجدين قالوا آمنا برب العالمين﴾(2).

﴿وألق ما في يمينك تلقف ما صنعوا إنما صنعوا كيد ساحر ولا يفلح الساحر حيث أتى﴾»(3).

وقال ابن كثير: أنفع ما يستعمل لإذهاب السحر ما أنزل الله على رسوله في إذهاب ذلك، وهما المعوذتان، وفي الحديث: «**لم يتعوذ المتعوذ بمثلهما**» وكذلك قراءة آية الكرسي فإنها مطردة للشيطان(4).

---

(١) يونس: ٨١ ـ ٨٢.

(٢) الأعراف: ١١٧ ـ ١٢١.

(٣) طه: ٦٩ (انظر ابن كثير جـ٢، ص٤٢٧.

(٤) تفسير ابن كثير جـ١، ص١٤٨.

علاج النسيان :

أخرج الدارمي عن المغيرة ابن سبيع قال: من قرأ عشر آيات من البقرة عند منامه لم ينس القرآن: أربع من أولها . . وآية الكرسي وآيتان بعدها وثلاث من آخرها .

لعلاج الوسوسة :

١ ـ أخرج أبوداود عن ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ قال: «**إذا وجدت في نفسك شيئًا فقل: ﴿هو الأول والآخر والظاهر والباطن وهو بكل شيء عليم﴾**»(١) .

٢ ـ عن أبي هريرة ـ رضي الله عنـه ـ أن رسول الله ﷺ، قال: «**إذا قرأ ابن آدم السجدة فسجد، اعتزل الشيطان يبكي يقول ياويله أمر ابن آدم بالسجود فسجد فله الجنة وأمرت بالسجود فعصيت فلي النار**»(٢) .

فيقرأ المريض سورة السجدة ويسجد عند آية السجدة ويكرر ذلك يوميًا وفي نفس الميعاد فإنه سيستريح ويبتعد عنه الشيطان ويعافيه الله .

علاج السرطان بالقران :(٣)

يتضمن العلاج الاستماع إلى القرآن الكريم والاغتسال والشرب من الماء المقروء عليه قرآن، ودهان مكان الورم السرطاني بزيت الزيتون المقروء عليه .

وهذه هي الآيات التي تقرأ:

ـ فاتحة الكتاب:

بسم الله الرحمن الرحيم: **﴿الحمد لله رب العالمين، الرحمن الرحيم، مالك يوم الدين، إياك نعبد، وإياك نستعين، اهدنا الصراط المستقيم، صراط الذين أنعمت عليهم غير المغضوب عليهم ولا الضالين﴾** .

ـ أول خمس آيات من سورة البقرة:

﴿الٓمٓ، ذلك الكتاب لا ريب فيه، هدى للمتقين، الذين يؤمنون بالغيب

---

(١) الحديد: ٣ .

(٢) رواه مسلم وأحمد وابن ماجه .

(٣) نقلاً من كتاب: عالج نفسك بالقرآن أبوالفداء محمد عارف ص٧٠ .

ويقيمون الصلاة ومما رزقناهم ينفقون، والذين يؤمنون بما أُنزل إليك وما أنزل من قبلك وبالآخرة هم يوقنون، أولئك على هدى من ربهم وأولئك هم المفلحون﴾.

- ﴿إن في خلق السماوات والأرض، واختلاف الليل والنهار، والفلك التي تجري في البحر بما ينفع الناس، وما أنزل الله من السماء من ماء فأحيا به الأرض بعد موتها، وبث فيهما من كل دابة وتصريف الرياح والسحاب المسخر بين السماء والأرض لآيات لقوم يعقلون، ومن الناس من يتخذ من دون الله أندادًا يحبونهم كحب الله والذين آمنوا أشد حبًا لله، ولو يرى الذين ظلموا إذ يرون العذاب أن القوة لله جميعًا وأن الله شديد العذاب﴾[١].
- ﴿الله لا إله إلا هو الحي القيوم لا تأخذه سنة ولا نوم، له ما في السموات وما في الأرض، من ذا الذين يشفع عنده إلا بإذنه يعلم ما بين أيديهم وما خلفهم ولا يحيطون بشيء من علمه إلا بما شاء، وسع كرسيه السموات والأرض ولا يؤوده حفظهما وهو العلي العظيم، لا إكراه في الدين قد تبين الرشد من الغي، فمن يكفر بالطاغوت ويؤمن بالله فقد استمسك بالعروة الوثقى لا انفصام لها والله سميع عليم. الله ولي الذين آمنوا يخرجهم من الظلمات إلى النور، والذين كفروا أولياؤهم الطاغوت يخرجونهم من النور إلى الظلمات، أولئك أصحاب النار هم فيها خالدون﴾[٢].
- ﴿آمن الرسول بما أنزل إليه من ربه والمؤمنون كلٌّ آمن بالله وملائكته وكتبه ورسله لا نفرق بين أحد من رسله وقالوا سمعنا وأطعنا غفرانك ربنا وإليك المصير، لا يُكلف الله نفسًا إلا وسعها لها ما كسبت وعليها ما اكتسبت، ربنا لا تؤاخذنا إن نسينا أو أخطأنا ربنا ولا تحمل علينا إصرًا كما حملته على الذين من قبلنا ربنا ولا

---

(١) سورة البقرة: ١٦٣ ـ ١٦٥.

(٢) سورة البقرة: ٢٥٥ ـ ٢٥٧ «آية الكرسي وآيتين بعدها».

تحملنا ما لا طاقة لنا به واعف عنا واغفر لنا وارحمنا، أنت مولانا فانصرنا على القوم الكافرين﴾(١) .

- ﴿الٓمٓ، الله لا إله إلا هو الحي القيوم، نزّل عليك الكتاب بالحق مصدقًا لما بين يديه وأنزل التوراة والإنجيل من قبل هدى للناس وأنزل الفرقان، إن الذين كفروا بآيات الله لهم عذاب شديد والله عزيز ذو انتقام، إن الله لا يخفى عليه شيء في الأرض ولا في السماء﴾(٢) .

- ﴿شهد الله أنه لا إله إلا هو والملائكه وأولوا العلم قائمًا بالقسط لا إله إلا هو العزيز الحكيم﴾ .(٣)

- ﴿قل اللهم مالك الملك تؤتي الملك من تشاء وتنزع الملك ممن تشاء وتعز من تشاء وتذل من تشاء بيدك الخير إنك على كل شيء قدير، تولج الليل في النهار وتولج النهار في الليل، وتخرج الحي من الميت وتخرج الميت من الحي، وترزق من تشاء بغير حساب﴾(٤) .

- ﴿إن ربكم الله الذي خلق السموات والأرض في ستة أيام ثم استوى على العرش يغشي الليل النهار يطلبه حثيثًا والشمس والقمر والنجوم مسخراتٍ بأمره، ألا له الخلق والأمر تبارك الله رب العالمين، ادعو ربكم تضرعًا وخفية إنه لا يحب المعتدين، ولا تفسدوا في الأرض بعد إصلاحها وادعوه خوفًا وطمعًا، إن رحمت الله قريب من المحسنين﴾(٥) .

- ﴿وأوحينا إلى موسى أن ألق عصاك فإذا هي تلقف ما يأفكون، فوقع الحق وبطل ما كانوا يعملون، فغلبوا هنالك وانقلبوا صاغرين﴾(٦) .

---

(١) سورة البقرة: ٢٨٥ ـ ٢٨٦ .

(٢) سورة آل عمران : ١ ـ ٥ .

(٣) آل عمران : ١٨ .

(٤) آل عمران : ٢٦ ، ٢٧ .

(٥) الأعراف : ٥٤ ـ ٥٦ .

(٦) الأعراف : ١١٧ ـ ١١٩ .

- ﴿وقال فرعون ائتوني بكل ساحر عليم، فلما جاء السحرة قال لهم موسى ألقوا ما أنتم ملقون، فلما ألقوا قال موسى ما جئتم به السحر إن الله سيبطله إن الله لا يصلح عمل المفسدين، ويحق الله الحق بكلماته ولو كره المجرمون﴾(١).
- ﴿قالوا يا موسى إما أن تلقى وإما أن نكون أول من ألقى، قال بل ألقوا فإذا حبالهم وعصيّهم يخيّل إليه من سحرهم أنها تسعى، فأوجس في نفسه خيفة موسى، قلنا لا تخف إنك أنت الأعلى، وألق ما في يمينك تلقف ماصنعوا﴾(٢).
- ﴿أفحسبتم أنما خلقناكم عبثًا وأنكم إلينا لا تُرجعون، فتعالى الله الملك الحق لا إله إلا هو رب العرش الكريم، ومن يدع مع الله إلهًا آخر لا برهان له به فإنما حسابه عند ربه، إنه لا يفلح الكافرون، وقل رب اغفر وارحم وأنت خير الراحمين﴾(٣).
- ﴿لو أنزلنا هذا القرآن على جبل لرأيته خاشعًا متصدعًا من خشية الله وتلك الأمثال نضربها للناس لعلهم يتفكرون، هو الله الذي لا إله إلا هو عالم الغيب والشهادة هو الرحمن الرحيم، هو الله الذي لا إله إلا هو الملك القدوس السلام المؤمن المهيمن العزيز الجبار المتكبر، سبحان الله عما يشركون، هو الله الخالق الباريء المصور له الأسماء الحسنى، يسبح له ما في السموات والأرض، وهو العزيز الحكيم﴾(٤).
- ﴿والصافات صفًا، فالزاجرات زجرًا، فالتاليات ذكرًا، إن إلـهكم لواحد، رب السموات والأرض وما بينهما ورب المشارق، إنا زينا السماء الدنيا بزينةٍ الكواكب، وحفظًا من كل شيطان مارد، لا يسّمعون إلى الملأ الأعلى ويقذفون من كل جانب، دحورًا ولهم عذاب واصب، إلا من خطف الخطفة فأتبعه شهاب

---

(١) يونس: ٨٠ ـ ٨٢.
(٢) طه: ٦٥ ـ ٦٩.
(٣) المؤمنون: ١١٥ ـ ١١٨.
(٤) الحشر: ٢١ ـ ٢٤.

ثاقب فاستفتهم أهم أشد خلقًا أم من خلقنا، إنا خلقناهم من طين لازب، بل عجبت ويسخرون، وإذا ذكّروا لا يذكرون، وإذا رأوا آية يستسخرون، وقالوا إن هذا إلا سحرٌ مبين﴾(١).

- ﴿سنفرغ لكم أيُّه الثقلان، فبأي آلاء ربكما تكذبان، يامعشر الجن والإنس إن استطعتم أن تنفذوا من أقطار السموات والأرض فانفذوا لا تنفذون إلا بسلطان﴾(٢).
- ﴿فارجع البصر هل ترى من فطور، ثم ارجع البصر كرّتين ينقلب إليك البصر خاسئًا وهو حسير﴾(٣).
- ﴿وإن يكاد الذين كفروا ليزلقونك بأبصارهم لما سمعوا الذكر ويقولون إنه لمجنون، وما هو إلا ذكر للعالمين﴾(٤).
- ﴿وأنه تعالى جدُ ربنا ما اتخذ صاحبة ولا ولدا﴾(٥).
- ﴿قل يا أيها الكافرون، لا أعبد ما تعبدون، ولا أنتم عابدون ما أعبد، ولا أنا عابد ما عبدتم، ولا أنتم عابدون ما أعبد، لكم دينكم ولي دين﴾(٦).
- ﴿قل أعوذ برب الفلق، من شر ما خلق، ومن شر غاسق إذا وقب، ومن شر النفاثات في العقد، ومن شر حاسد إذا حسد﴾(٧).
- ﴿قل أعوذ برب الناس، ملك الناس، إله الناس، من شر الوسواس الخناس الذي يوسوس في صدور الناس، من الجنة والناس﴾(٨).

---

(١) الصافات: ١ ـ ١٥.
(٢) الرحمن: ٣١ ـ ٣٤.
(٣) تبارك: ٣، ٤.
(٤) القلم: ٥١، ٥٢.
(٥) الجن: ٣.
(٦) الكافرون: ١ ـ ٦.
(٧) الفلق: ١ ـ ٥.
(٨) الناس: ١ ـ ٦.

* وبعد . . . إليك أخي المسلم كيفية العلاج :

- تقرأ الآيات السابقة سبع مرات على كمية من الماء تكفي للاغتسال مرة يوميًا لمدة أسبوع ، والشرب ثلاث أكواب يوميًا .
- تقرأ الآيات السابقة على كمية من زيت الزيتون تكفي لدهان العضو المصاب لمدة واحد وعشرين يوميًا .
- بعد قراءة الآيات السابقة يتم قراءة الأدعية الآتية على الماء والزيت : «**اللهم رب الناس اذهب البأس اشف أنت الشافي لا شفاء إلا شفاءك شفاء لا يغادر سقما**» سبع مرات .
- «**أسأل الله العظيم رب العرش العظيم أن يشفيك**» سبع مرات .
- «**أعوذ بكلمات الله التامات من غضبه وعقابه ومن شر عباده ومن همزات الشياطين وأن يحضرون**» ثلاث مرات .
- «**بسم الله الشافي اشف عبدك وصدق رسولك**» .
- بعد قراءة الآيات والأدعية السابقة بالعدد المذكور على الماء والزيت يتم الاغتسال يوميًا وشرب كوب من الماء صباحًا وظهرًا وليلاً يوميًا مع دهان العضو المصاب بزيت الزيتون . فإذا كان الورم موجودًا في الدم يتم دهان العمود الفقري والرجل اليمين والرجل الشمال إذا كان الورم بأماكن ثانية كالثدي أو الرحم أو المعدة أو الرئة يتم دهان العضو بالزيت من الخارج .
- يكرر الاغتسال لمدة واحد وعشرين يومًا مع الدهان من الزيت .
- يتم قراءة الرقية السابقة كل أسبوع مرة .

فيبرأ المريض بإذن الله تعالى .

علاج الإدمان بالقرءان :

يتضمن العلاج الاستماع إلى القرآن الكريم ، ومسح الجسم من الماء المقروء عليه وكذلك شرب قليل من زيت الزيتون مقروء عليه قرآن .

وقد تم بفضل الله علاج خمس عشرة حالة إدمان بالقرآن على يد أستاذ جامعي

فاضل حيث كان يؤمن إيمانًا راسخًا بما عبر عنه الإمام ابن تيمية: من أن القرآن كله شفاء للناس، وكان يفسر لطلبته كلمة (من) في قوله تعالى: ﴿**ونُنزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين**﴾ بأنها ليست (من) للبعضية ولكنها للكلية بمعنى أن في كل حرف من القرآن شفاء للناس.

وبينما كان يعالج طبيبة تعانى من حالة نفسية، ويقرأ عليها القرآن، كان يرافقها شقيق لها (يعاني من حالة إدمان للهيروين)، وما أن شفاها الله، حتى برأ هو الآخر من سماعه للقرآن، ومن وقتها كرس الأستاذ نفسه لعلاج الإدمان بالقرآن الكريم حتى أتم الله على يديه تحقيق الشفاء لخمسة عشر مدمنًا كانت حالاتهم بالغة الشدة وقد قاموا بكتابة إقرارات بخط يدهم بعد أن تخلصوا من هذا الداء الخطير، وبشهادة أطباء متخصصين تابعوا حالات العلاج حتى كتب الله للمدمنين الشفاء.

هذا.. ويقوم العلاج على ما يأتي:

- قراءة آيات من القرآن الكريم وأدعية من أدعية الرسول ﷺ، في أذني المريض المدمن.
- قراءة آيات من القرآن الكريم على مياه نقية، يقوم المدمن بمسح جسده بها يوميًا ـ خارج الحمامات ـ.
- قراءة آيات القرآن الكريم على زيت الزيتون، يقوم المدمن بشرب قليل منه كل يوم.
- ويستمر هذا العلاج لمدة واحد وعشرين يومًا على أكثر تقدير، يبرأ المدمن بعدها بإذن الله تعالى[1].

(١) انظر جريدة الأهرام القاهرية بتاريخ ١٩٩٢/٩/٢٥م بتلخيص.

شروط يجب توافرها لاتمام العلاج والشفاء بالقرءان الكريم(١)

حتى يتم العلاج والشفاء بالقرآن الكريم، لابد من توافر شروط معينة منها ما يتعلق بالرقية ذاتها حيث يجب أن تكون بكلام الله تعالى أو بأسمائه وصفاته، ولا يجوز أن تكون بأي كلام لا يعرف معناه خوفًا من أن يكون به شرك أو كفر.

ومنها ما يجب أن يكون عليه المريض من إيمان واعتقاد راسخ بأن الشافي هو الله، قال الله تعالى: ﴿**وننزِّل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين**﴾ بمعنى أن الشفاء والرحمة من القرآن لا يكونان إلا لفئة معينة هم أهل القرآن والمؤمنين به العاملين بشرعه ومنهاجه، أما الذين لا يؤمنون به كيف يفيدهم وكيف ينفعهم وهم جاحدوه أو تاركوه أو أدعياء إسلام هم قد هجروه، وقد قال الله فيهم: ﴿**والذين لا يؤمنون في آذانهم وقرٌ وهو عليهم عمى**﴾، وفي موضع آخر قال تعالى: ﴿**ولا يزيد الظالمين إلا خسارا**﴾.

وهناك شروط أخرى يجب أن تتوافر في الراقي المداوي. . حيث يجب أن يتوجه قلبه إلى الله متوكلاً عليه سبحانه، ولا يعتقد أن الرقية تؤثر بذاتها بل بإرادة الله سبحانه وتعالى.

يقول ابن القيم: يجب على المعالج أن يكون قوي النفس صادق التوجه إلى الله وعليه الإكثار من التعوذ الصحيح الذي قد تواطأ عليه القلب واللسان.

وقال ابن التين: الرقى بالمعوذات وغيرها من أسماء الله هو الطب الروحاني إذا كان على لسان الأبرار من الخلق حصل الشفاء بإذن الله.

(١) من كتاب: «العلاج الرباني للسحر والمس الشيطاني» مجدي الشهاوي ص: ١٢٩ - ١٣١ بتلخيص وتصرف.

وقال الخطابي: يجب أن تكون الرقية بقوارع القرآن وبما فيه ذكر الله تعالى على ألسن الأبرار من الخلق الطاهرة النفوس.

وقال الشيخ أبوبكر الجزائري: الشفاء يتوقف على قوة إيمان الراقي وطهارة نفسه.

بهذه الشروط يكون العلاج نافعًا، ويكون الشفاء محققًا بإذن الله تعالى.

توجيهات القرءان الصحية والوقائية

نبذة مختصرة نتعرف من خلالها على بعض التدابير الوقائية في القرآن الكريم حماية للإنسان وحفظًا لصحته من مختلف الأمراض، كالاهتمام بالنظافة البدنية والروحية التي هي سبيل الوقاية من أخطار المرض ودليل الأدب ورمز الذوق والجمال.

كذلك تعتبر توجيهات القرآن الصحية والوقائية ونهيه عن بعض المحرمات وإشارته إلى بعض المعجزات الأسس الرئيسية التي ينبني عليها علم الطب بكافة فروعه.

من ذلك قوله الله تعالى: ﴿**ويسئلونك عن المحيض، قل هو أذى فاعتزلوا النساء في المحيض ولا تقربوهن حتى يطهرن**﴾ [سورة البقرة: ٢٢٢]. فلقد أثبت الطب الحديث أن الوقاع زمن الحيض يحدث آلامًا بأعضاء التناسل في الأنثى وربما أحدث التهابًا في الرحم وفي المبيض أو الحوض، كما أن دخول مواد الحيض في عضو التناسل عند الرجل يحدث التهابًا صديديًا يشبه السيلان وربما امتد ذلك إلى الخصيتين فآذاهما ونشأ من ذلك عقم الرجل كما قد يصاب (بالزهري) إذا كانت جراثيمه في دم المرأة، ولذلك فقد أجمع الأطباء المحدثون في بقاع المعمورة على وجوب الابتعاد عن المرأة في هذه المدة كما نطق بذلك القرآن المنزل من لدن حكيم خبير.

قال تعالى: ﴿**يـاأيها الذين آمنوا إذا قمتم إلى الصلاة فاغسلوا وجوهكم وأيديكم إلى المرافق وامسحوا برءوسكم وأرجلكم إلى الكعبين**﴾ [سورة المائدة: ٦]. فإن هذا الوضوء يحمي الجسم ويقي الجلد وما تحته من الأنسجة بتخليصه من التراب والغبار والإفرازات والجراثيم التي قد تتلوث بها اليد، وكما أن في الاستنشاق والاستنثار نظافة الأنف والمضمضة والسواك نظافة للفم والأسنان والجهاز الهضمي وغسل باقي الأعضاء فيه فوائد طبية هامة.

ونقرأ قوله تعالى: ﴿وإن كنتم جنبًا فاطّهروا﴾ [سورة المائدة: ٦] تأمر هذه الآية بالغسل الذي أوجبه الإسلام لتنظيم الجسم كله الذي شارك في الاتصال الجنسي لفتح مسام الجسم وتنشيط الدورة الدموية وانقاص توتر العضلات وتهدئة الأعصاب.

وقد نهى الإسلام عن تناول الأطعمة دون شراهة التي هي أصل كل مرض، فكثرة الطعام تحدث التخمة وتلبك المعدة وتؤدي إلى عسر الهضم.. قال علي بن الحسين بن واقد: جمع الله الطب كله في نصف آية: ﴿كلوا واشربوا ولا تسرفوا﴾ [سورة الأعراف: ٣١][١].

وقال عمر: إياكم والبطنة فإنها مفسدة للجسم، مورثة للسقم، مكسلة عن الصلاة وعليكم بالقصد، فإنه أصلح للجسد وأبعد عن السرف وإن الله يبغض الحبر السمين[٢].

ولقد فرض الإسلام الصلاة وهي دعوة لتنظيف الباطن والتخلي عن الفحشاء والمنكر والتحلي بمكارم الأخلاق، وفيها راحة الضمير، والتروي في كل الأمور واستعادة النشاط.

وشرع القرآن الصوم راحة إجبارية للجهاز الهضمي، حتى لقد صار الصوم الآن أحدث وسيلة للعلاج من اضطرابات الأمعاء والسمنة، والبول السكري والتهاب الكلى وارتشاح القلب، والتهاب المفاصل.

وفرض الإسلام الحج لقهر النفس، وكبح جماح الشهوات، والبعد عن حياة الترهل والسمنة، وتعود الاعتماد على النفس، وعلى حياة التقشف.

ونهى القرآن لأسباب صحية وقائية بحتة عن بعض المأكولات الضارة والخمر، فحرم الميتة والمنخنقة والموقوذة والمتردية والنطيحة وما أكل السبع، والدم ولحم الخنزير.

كما حرم الإسلام الزنا لأضراره الاجتماعية والصحية المعروفة.

(١، ٢) من كتاب: «الدعاء الشافي» مرزوق علي إبراهيم، ص٢٨.

ثانيا
الحديث الشريف

ثانيا : الحديث الشريف :

لقد حث الإسلام على استعمال الطب والمداواة لقوله ﷺ : «**إن لكل داء دواء، فإذا أصيب دواء الداء بريء بإذن الله ـ عز وجل ـ**»(١).

وفي الصحيحين: عن عطاء عن أبي هريرة قال: قال رسول الله ﷺ : «**ما أنزل الله من داء إلا وأنزل له شفاء**»(٢).

وعن أبي خزامة قال: قلت: يارسول الله، أرأيت رقى نسترقيها، ودواء نتداوى به، وتقاة نتقيها، هل ترد من قدر الله شيئًا؟ فقال: «**هي من قدر الله**»(٣).

ففي الأحاديث يتضح الأمر بالتداوي، وأنه لا ينافي التوكل، بل لا تتم حقيقة التوحيد إلا بمباشرة الأسباب التي نصبها الله مقتضيات لمسبباتها قدرًا وشرعًا.

وفي قوله ﷺ : «**لكل داء دواء**» تقوية لنفس المريض والطبيب وحث على طلب ذلك الدواء والتفتيش عليه، فإن المريض إذا استشعرت نفسه أن لدائه دواء يزيله تعلق قلبه بروح الرجاء، وكذلك الطبيب إذا علم أن لهذا الداء دواء أمكنه طلبه والتفتيش عليه.

مرض الطاعون والأوبئة المعدية :

قال رسول الله ﷺ : «**الطاعون رجز أو عذاب أرسل على بني إسرائيل أو على من كان قبلكم، فإذا سمعتم به بأرض فلا تقدموا عليه، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها فرارًا منه**»(٤).

قال الأطباء: إذا وقع الخراج في اللحوم الرخوة وخلف الأذن والأرنبة وكل ما كان من جنس فاسد، سُمِّيَ طاعونًا وسببه دم رديء مائل إلى العفونة والفساد،

---

(١) أخرجه مسلم.

(٢) أخرجه البخاري.

(٣) أخرجه أحمد وابن ماجه.

(٤) متفق عليه.

مستحيل إلى جوهر سُمِّيٍّ يفسد العضو ويغير ما يليه وربما رشح دمًا وصديدًا ويؤدي إلى القلب كيفية رديئة فيحدث القيء والخفقان والغَشى[١].

وعن عبدالرحمن بن عوف قال: سمعت رسول الله ﷺ، يقول: «**إذا كان الوباء بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا فرارًا منه وإذا سمعتم به بأرض فلا تقدموا عليه**»[٢].

والوباء مرض عام يفضي إلى الموت غالبًا وسببه فساد جوهر الهواء وهو مضر بالأبدان مزيل لصحتها معرض لهلاكها.

وفي نهيه ﷺ عن الخروج منها معنيان: [٣]

أحدهما: حمل النفوس على الثقة بالله والتوكل عليه.

والثاني: ما قاله أئمة الطب: أنه يجب على كل محترز من الوباء أن يخرج عن بدنه الرطوبات الفضلية ويقلل الغذاء ويميل إلى التدبير المجفف من كل وجه إلا الرياضة والحمام فإنهما مما يجب أن يحذرا، لأن البدن لا يخلو غالبًا من فضل رديء كامن فيه فتثيره الرياضة والحمام، ومن هنا ظهر المعنى الطبي من الحديث النبوي.

وقف نزيف الدم:

في الصحيحين: عن أبي حازم أنه سمع سهل بن سعد يسأل عما دووي به جرح رسول الله ﷺ يوم أحد فقال: «جرح وجهه وكسرت رَبَاعِيته، وهُشِمَتِ البيضة[٤] على رأسه، وكانت فاطمة بنت رسول الله ﷺ تغسل الدم، وكان علي بن أبي طالب يسكب عليها بالمِجَنِّ[٥]، فلما رأت فاطمة الدم لا يزيد إلا كثرة، أخذت قطعة حصير[٦] فأحرقتها، حتى إذا صارت رمادًا ألصقته بالجرح فاستمسك

---

(١) زاد المعاد، جـ٤، ص٣٨.

(٢) أخرجه البخاري ومسلم.

(٣) الكلام لابن القيم زاد المعاد، جـ٤، ص٤٣.

(٤) البيضة: غطاء على الرأس للوقاية.

(٥) المجن: إناء ويقصد أنه يصب منه الماء.

(٦) المراد بالحصير: أي المصنوع من ورق البردي ولرماده فعل قوي في حبس الدم.

الدم»[1]. برماد الحصير المعمول من البردي، وله فعل قوي في حبس الدم لأن فيه تجفيفًا قويًا.

قال ابن سينا (صاحب القانون): البَرْدِي ينفع من النزف ويمنعه ويُذَرُّ على الجراحات الطرية فَيدْمُلُهَا، والقرطاس المصري كان قديمًا يعمل منه ومزاجه بارد يابس ورماده نافع من أَكَلِة الفم، ويحبس نفث الدم، ويمنع القروح الخبيثة أن تسعى»[2].

الحجامة والكي :

قال رسول الله ﷺ : «**إن كان في شيء من أدويتكم أو ما تداويتم به خير، فشرطة محجم، أو شربة عسل، أو لذعة نار توافق الداء، وما أحب أن أكتوي**»[3].

والمحجم بكسر الميم وفتح الجيم هي الآلة التي يمتص بها ويجمع بها موضع الحجامة والمراد هنا الحديدة التي يشرط بها موضع الحجامة.

والحجامة مفيدة لأنها تنقي سطح البدن وتستخرج الدم من نواحي الجلد.

أما قوله: «**وما أحب أن أكتوي**» إشارة إلى أن يؤخر العلاج به حتى تدفع الضرورة إليه والكي ينقسم إلى قسمين: كي بالنار، وكي بالزيت المغلي.

قال ابن قتيبة[4]: الكي جنسان: كي الصحيح لئلا يعتلّ، فهذا الذي قيل فيه: «**لم يتوكل من اكتوى**» لأنه يريد أن يدفع القدر عن نفسه. والثاني: كي الجرح إذا فسد العضو إذا قطع، ففي هذا الشفاء.

ولما رمي سعد بن معاذ في أَكْحَلِهِ (عرق في اليد) حسمه[5] النبي ﷺ ثم ورمت فحسمه ثانية[6].

---

(١) أخرجه البخاري ومسلم.

(٢) انظر زاد المعاد، جـ٤، ص٥٠.

(٣) أخرجه البخاري ومسلم.

(٤) انظر زاد المعاد، جـ٤، ص٦٥.

(٥) الحسم: هو الكي.

(٦) أخرجه مسلم وأحمد.

قال الخطابي [١]: إنما كوي سعد ليرقأ [٢] الدم من جرحه وخاف عليه أن ينزف فيهلك والكي مستعمل في هذا الباب كما يكوى من تقطع يده أو رجله.

أما النهي عن الكي فهو أن يكتوي طلبًا للشفاء، وكانوا يعتقدون أنه متى لم يكتو هلك فنهاهم عنه لأجل هذه النية.

الاحتماء من التخمة والزيادة في الأكل:

قال رسول الله ﷺ: «**ما ملأ ابن آدم وعاء شر من بطنه، حسب ابن آدم لُقَيمَاتٍ يقمن صلبه، فإن كان لا محالة، فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه**» [٣].

وعنه ﷺ: أنه قال: «**المؤمن يأكل في معي واحد والكافر يأكل في سبعة أمعاء**» [٤].

فينبغي على العاقل أن يقتصر على الطعام الموافق الشهي بلا إكثار منه، وإن التوجيه النبوي من هذين الحديثين ليضع نظامًا للأكل والشرب، نجاة للبشرية من الأمراض، فالاعتدال قانون الطبيعة، فإن أصل كل مرض عسر الهضم، والشراهة هي أصل كل مرض، والحمية خير علاج، فكثرة الطعام تحدث التخمة وتلبك المعدة وتؤدي إلى عسر الهضم، وعدم اكتمال الامتصاص والتمثيل الغذائي، وقد نهى الإسلام عن تناول الأطعمة العسرة العضم ولذلك حرم لحم الخنزير.

ومن قل طعامه قل شرابه، ومن قل شرابه خف منامه، ومن خف منامه ظهرت بركة عمره. ومن ملأ بطنه كثر شربه وثقل منامه، ومن ثقل منامه محقت بركة عمره.

---

(١) انظر زاد المعاد: جـ٤ ص٦٥.

(٢) يرقأ الدم: أي يجف الدم ويتجمد.

(٣) أخرجه النسائي والترمذي.

(٤) أخرجه البخاري ومسلم.

وإياكم وفضول الطعام فإنه يوسم القلب بالقسوة ويبطيء بالجوارح عن الطاعة ويصم الأذن عن سماع المعصية.

هدي النبي ﷺ عند شرب الماء :

كان من هديه ﷺ في الأغلب أنه كان يشرب قاعدًا، فهذا كان هديه المعتاد، وللشرب قائمًا آفات عديدة منها: أنه لا يحصل به الري التام، ولا يستقر في المعدة حتى يقسمه الكبد على الأعضاء، وينزل بسرعة وحده إلى المعدة فيخشى منه أن يبرد حرارتها ويشوشها، كما أنه يسرع بالنفوذ إلى أسفل البدن بغير تدريج وكل هذا يضر بالشارب.

وقد كان رسول الله ﷺ يتنفس في الشراب ثلاثًا ويقول: «**إنه أروى وأمرأ وأبرأ**»(١).

ومعنى يتنفس في الشراب: أي خارج الإناء والعلة من الشرب على دفعات هي أن الدفعات تبريء من شدة العطش لترددها، فتسكن الدفعة الثانية ما عجزت الأولى عن تسكينه والثالثة ما عجزت عنه الثانية ويكون ذلك أسلم، وأن الشرب دفعة واحدة يطفيء الحرارة الغريزية بشدة برده، أو يضعفها فيؤدي إلى فساد المزاج للمعدة والكبد وأمراض أخرى وخصوصًا سكان البلاد الحارة.

علاج البثرة : «حب الشباب» :

البثرة: خراج صغير يكون عن مادة حارة تدفعها الطبيعة، فتسترق مكانًا من الجسد تخرج منه.

ذكر ابن السني عن بعض أزواج النبي ﷺ قالت: دخل عليَّ رسول الله ﷺ وقد خرج في أصبعي بثرة، فقال: «**عندك ذريرة؟**» قلت: نعم. قال: «**ضعيها عليها**» وقولي: «**اللهم مصغر الكبير، ومكبر الصغير صغر ما بي**»(٢).

والذريرة: دواء هندي يتخذ من قصب الذريرة وهي حارة يابسة تنفع من

(١) أخرجه مسلم.
(٢) أخرجه ابن السني وأحمد.

أورام المعدة والكبد والاستسقاء وتقوي القلب لطيبها.

فعلاج البثرة يكون بطحن الذريرة ومسح الوجه بها مع الدعاء المذكور.

علاج الحمى :

قال النبي ﷺ: «**إنما الحمى أو شدة الحمى من فيح جهنم، فأبردوها بالماء**»(١).

وهذا الحديث موجه الخطاب فيه لأهل الحجاز، إذ كان أكثر الحميات التي تعرض لهم من نوع الحمى اليومية، وينفعها الماء البارد شربًا واغتسالاً، وفي هذا الحديث دليل لأهل السنة أن جهنم مخلوقة الآن موجودة.

وعنه ﷺ: «**الحمى كير من كير جهنم فنحّوها عنكم بالماء البارد**»(٢).

لما كانت الحمى يتبعها حمية عن الأغذية الرديئة، وتناول الأغذية النافعة وفي ذلك إعانة على تنقية البدن، ونفى أخباثه وفضوله، وتصفيته من مواده الرديئة وتفعل فيه كما تفعل النار في الحديد في نفي خبثه وتصفية جوهره، كانت أشبه بنار الكير التي تصفى جوهر الحديد، وهذا القدر هو المعلوم عند أطباء الأبدان.

علاج استطلاق البطن :

عن أبي سعيد الخدري أن رجلاً أتى النبي ﷺ فقال: إن أخي يشتكي بطنه. وفي رواية: استطلق بطنه. فقال: «**اسقه عسلاً**» فذهب ثم رجع فقال: قد سقيته فلم يغن عنه شيئًا، وفي لفظ: فلم يزده إلا استطلاقًا مرتين أو ثلاثًا، كل ذلك يقول له: «**اسقه عسلاً**» فقال له في الثالثة أو الرابعة: «**صدق الله وكذب بطن أخيك**».

ففي قوله ﷺ: «**صدق الله وكذب بطن أخيك**» إشارة إلى تحقيق نفع هذا الدواء، وأن بقاء الداء ليس لقصور الدواء في نفسه ولكن لكذب البطن وكثرة المادة الفاسدة فيه.

---

(١) أخرجه البخاري ومسلم.

(٢) أخرجه ابن ماجه.

علاج الاستسقاء :

عن أنس بن مالـك : قال : «**قَـدِمَ رهطٌ من عرينة وعكل على النبي ﷺ ، فاجتووا المدينة**[١]، **فشكوا ذلك إلى النبي ﷺ ، فقال : لو خرجتم إلى إبل الصدقة فشربتم من أبـوالهـا وألبـانها ، ففعلوا ، فلما صحّـوا عمدوا إلى الرعاة فقتلوهم ، واستاقوا الإبل ، وحاربوا الله ورسوله ، فبعث رسول الله ﷺ في آثارهم ، فأخذوا ، فقطع أيديهم وأرجلهم وسمل أعينهم وألقاهم في الشمس حتى ماتوا**»[٢] .

الاستسقـاء : مرض يتميز بانتفـاخ البطن نتيجة لوجود سائل مصلي داخل التجويف البريتوني ، وأسبابه عديدة أهمها تليف الكبد نتيجة بلهارسيا وهبوط القلب أو الدرن البريتوني ونحوه .

والدليل على أن المرض الوارد في الحديث كان الاستسقاء ما رواه مسلم في «صحيحـه» في هذا الحـديث أنهم قالـوا : إنـا اجتوينا المدينة ، فعظمت بطوننا ، وارتهشت أعضاؤنا . . إلى آخر الحديث .

والجوى : داء من أدواء الجوف .

ولما كانت الأدوية المحتاج إليها ـ الاستسقاء ـ في علاجه هي الأدوية الجالبة التي فيهـا إطلاق معتدل ، وإدرار بحسب الحاجة ، وهذه الأمور موجودة في أبوال الإبـل وألبانها ، أمرهم النبي ﷺ بشربها ، فإن في لبن اللقاح جلاء وتليينًا وإدرارًا وتلطيفًا ، وتفتيحًا للسدد ، إذ كان أكثر رعيها الشيح والقيصوم والبابونج والأقحوان والأذخر وغير ذلك من الأدوية النافعة للاستسقاء .

قال الرازي : لبن اللقاح يشفي أوجاع الكبد ، وفساد المزاج .

وقال الإسرائيلي : لبن اللقاح أرق الألبان وأكثرها مائية وحدة وأقلها غذاء ، ولذلك صار أقواها على تلطيف الفضول وإطلاق البطن وتفتيح السدد ، وهو أخص

(١) اجتووا المدينة : أي عافوا المقام بالمدينة وأصابهم بها الجوى في بطونهم وقوله سمل أعينهم : أي فقأ أعينهم .

(٢) أخرجه البخاري ومسلم .

الألبان بتطرية الكبد وتفتيح سددها وتحليل صلابة الطحال إذا كان حديثًا.

وقـال ابن سينـا صاحب كتـاب «في الطب النظري والعملي» و«في أحكام الأدوية»: إن طبيعة اللبن مضادة لعلاج الاستسقاء، واعلم أن لبن النوق دواء نافع لما فيه من الجلاء برفق وما فيهنَّ من خاصية، وأن هذا اللبن شديد المنفعة فلو أن إنسانًا أقام عليه بدل الماء والطعام شفي به.

وفي الحديث: دليل على التداوي والتطبب وعلى طهارة بول مأكول اللحم، فإن التـداوي بالمحـرمات غير جائز، ولم يؤمروا مع قرب عهدهم بالإسلام بغسل أفواههم وما أصابته ثيابهم من أبوالها للصلاة وتأخير البيان لا يجوز عن وقت الحاجة[1].

علاج عرق النسا:

عن أنس بن مالك قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «**دواء عرق النسا ألية شاة أعرابية تذاب، ثم تجزأ ثلاثة أجزاء، ثم يشرب علي الريق في كل يوم جزء**»[2].

عرق النسا: وجع يبتديء من مفصل الورك، وينزل من خلف على الفخذ وربما على الكعب، وكلما طالت مدته زاد نزوله، وتهزل معه الرجل والفخذ.

وقـد خص النبي ﷺ، الشاة الأعرابية لقلة فضولها وصغر مقدارها ولطف جوهرها وخاصية مرعاها لأنها ترعى أعشاب البر الحارة كالشيح والقيصوم ونحوهما، وهي أعشاب طبية يكون دم الشاة محملاً بخواص تلك الأعشاب وخاصة الآلية التي تحتوي على الخواص الطبية للأعشاب ذاتها.

علاج يبس الطبع: «الإمساك»:

عن أسماء بنت عميس قالت: قال رسول الله ﷺ: «**بماذا كنت تستمشين؟**» قالت: بالشبرم. قال: «**حار جار**»، قالت: ثم استمشيت بالسنا، فقال: «**لو كان**

(١) زاد المعاد ـ جـ٤ ص٤٨.

(٢) أخرجه ابن ماجه.

كل شيء يشفي من الموت لكان السّنا»[١].

والشبرم: نبات له لبن دار مسهّل محرق مقطّع. وحار جار: أي شديد الإسهال. والسنا: دواء شريف قريب من الاعتدال، حار يابس، يسهل الصفراء والسوداء، ويقوي جرم القلب، وخاصيته النفع من الوسواس السوداوي، ومن الشقاق العارض في البدن. كما ينفع السنا بأنه يفتح العضل وينفع من انتشار الشعر، ومن القمّل والصداع العتيق، والجرب، والبثور، والحكة، والصرع، وشرب مائه مطبوخًا أصلح من شربه مدقوقًا. . وإن طبخ معه شيء من زهر البنفسج والزبيب الأحمر المنزوع العجم كان أصلح.

علاج حكة الجسم وما يولد القمل:

في الصحيحين: من حديث قتادة عن أنس بن مالك قال: رخّص رسول الله ﷺ لعبدالرحمن بن عوف، والزبير بن العوام - رضي الله عنهما - في لبس الحرير لحكّة في الجسم كانت بهما.

وفي رواية: أن عبدالرحمن بن عوف والزبير بن العوام - رضي الله عنهما - شكوا القمل إلى النبي ﷺ في غزاة لهما فرخص لهما قمص الحرير ورأيته عليهما[٢].

وتحريم الحرير: إنما كان سدًا للذريعة ولهذا أبيح للنساء، وللحاجة والمصلحة الراجحة، وهذه قاعدة ما حرم لسد الذرائع، فإنه يباح عند الحاجة والمصلحة الراجحة.

ولبسه «أي الحرير» لا يسخن كالقطن، بل هو معتدل، ولما كان ثياب الحرير ليس فيها شيء من اليبس والخشونة، صارت نافعة من الحكة إذ الحكة لا تكون إلا عن حرارة ويبس وخشونة، فلذلك رخص رسول الله ﷺ للزبير وعبدالرحمن في لباس

---

(١) أخرجه الترمذي وابن ماجه وأحمد والحاكم. والسنا: نبت حجازي أفضله المكي وفيه أقوال كثيرة فقيل إنه حب يشبه الكمون وليس بكمون، وقيل إنه نبات الشبت، وقيل إنه التمر: وقيل إنه العسل. . . انظر زاد المعاد جـ٤ ص٣٢٠.

(٢) أخرجه البخاري ومسلم.

الحرير لمداواة الحكة، وثياب الحرير أبعد عن تولد القمل فيها، إذ كان مزاجها مخالفًا لمزاج ما يتولد عن القمل.

علاج التهابات اللوز والحنجرة (العذرة):

عن جابر ـ رضي الله عنه ـ قال: «دخل رسول الله ﷺ، على عائشة ـ رضي الله عنها ـ وعندها صبي تسيل منخراه دمًا، فقال: ماهذا؟ قالوا: به العذرة أو وجع في رأسه، فقال: «**ويلكن، لا تقتلوا أولادكن، أيُّما امرأة أصاب ولدها عذرة أو وجع في رأسه فلتأخذ قسطًا هنديًا فلتحكه بماء ثم تسعطه إياه، فأوت عائشة فصنع ذلك بالصبي، فبرأ**»[1].

عن أم قيس بنت محصن، أنها ذهبت إلى رسول الله ﷺ، ومعها ابن مريض بالعذرة «التهاب اللوز والحنجرة» فقال الرسول ﷺ عندما رآه: «**عليكم بهذا العود الهندي ـ يعني السكت ـ، فإن فيه سبعة أشفية منها ذات الجنب**»[2].

ويطحن العود الهندي ويذاب في الماء كالملح ويقطر في الأنف، وياحبذا وهو مستلقٍ على ظهره مائل للخلف ليصل إلى أعماق الداء. والسعوط (طحين) يوضع في الأنف مثل قطرات الأنف، حينما يدخل يفتح السدد وينشط الدورة الدموية ويقضي على الميكروبات والجراثيم والفيروسات.

علاج الأمراض الجلدية:

قال النبي ﷺ: «**ائتدموا بالزيت وادهنوا به، فإنه من شجرة مباركة**»[3].

وعنه ﷺ، قال: «**كلوا الزيت وادهنوا به فإنه من شجرة مباركة**»[4] والمقصود بالزيت هنا: زيت الزيتون، والشجرة المباركة هي شجرة الزيتون، قال الله تعالى: ﴿**يوقد من شجرة مباركة زيتونة لا شرقية ولا غربية يكاد زيتها يضيء ولو لم تمسسه نار**﴾[5].

---

(١) أخرجه أحمد والحاكم.

(٢) أخرجه مسلم.

(٣) أخرجه ابن ماجه وصححه الحاكم.

(٤) أخرجه الترمذي وابن ماجه.

(٥) سورة النور: ٣٥.

ومن فوائد الزيت الطبية :

١ ـ يقي الأطفال من مرض الكساح ولين العظام لاحتوائه على فيتامين (د) .

٢ ـ يقوي مناعة الجسم لاحتوائه على فيتامين (أ) .

٣ ـ أخذ فنجان زيت زيتون يحدث في المعدة طبقة تحول دون امتصاص السموم .

٤ ـ ضد تكاثر الحموضة، وطارد للديدان .

٥ ـ ضد تيبس المفاصل .

٦ ـ يحتوي على فيتامين (E) فهو مخصب مقو للنسل .

علاج الفم والأسنان :

قال رسول الله ﷺ : «**السواك مطهرة للفم مرضاة للرب**»[١] . وعنه ﷺ أنه قال : «**لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة**»[٢] .

وقد ثبت أن للسواك فوائد عظيمة، فهو مطهر للأسنان والفم من البكتيريا الضارة ومزيل لفضلات الطعام من بين الأسنان ومقو للثة، كذلك يوجد بالسواك مواد مطهرة وقاتلة للجراثيم والميكروبات وبه مواد مقوية للثة والأسنان ومواد مسكنة للآلام، ومانعة للتسوس . (وصدق رسول الله ﷺ) .

علاج العيون :

ثبت عن النبي ﷺ أنه قال : «**الكمأة من المنّ وماؤها شفاء للعين**»[٣] .

والكمأة : فطر ينبت في الصحراء بداخلها ماء فيه سر عجيب يشفي أمراض العيون . و«**ماؤها شفاء للعين**» فيه ثلاث أقوال :

١ ـ أن ماءها يخلط في الأدوية التي يعالج بها العين، لا أنه يستعمل وحده .

٢ ـ أنه يستعمل بحتًا بعد شيهًا واستقطار مائها .

(١) رواه البخاري .

(٢) رواه البخاري ومسلم .

(٣) أخرجه البخاري ومسلم .

٣ ـ أن المراد بمائها الماء الذي يحدث به من المطر، فتكون الإضافة إضافة اقتران لا إضافة جزء.

وقيل: إن استعمل ماؤها لتبريد ما في العين، فماؤها مجردًا شفاء، وإن كان لغير ذلك فمركب مع غيره.

وقال الغافقي: ماء الكمأة أصلح الأدوية للعين إذا عجن به الأثمد واكتحل به، ويقوي أجفانها، ويزيد الروح الباصرة قوة وحدة.

لتقوية القلب وإذابة الكوليسترول وتنقية الدم:

عن أنس بن مالك ـ رضي الله عنه ـ أن خياطًا دعا رسول الله ﷺ، لطعام صنعه، قال أنس: فذهبت مع رسول الله ﷺ، فقرب إليه خبزًا من شعير ومرقا فيه دباء وقديد، قال أنس: فرأيت رسول الله ﷺ، يتتبع الدباء من حوالي الصحفة، فلم أزل أحب الدباء من ذلك اليوم»(١).

اليقطين المذكور في القرآن هو الدباء والقرع.

وقد ثبت علميًا أن الدباء يقوي القلب ويقرح النفس ويشد البدن وهو عظيم النفع للقولون لاحتوائه على مادة الكاروتين، فإنه مضاد للسرطان ومذيب للكوليسترول ومنقي للدم ومقوي للعضلات.

وبعدما نجى الله ـ سبحانه وتعالى ـ يونس عليه السلام من بطن الحوت، أنبت عليه هذه الشجرة الطيبة ليتقوى وتعود إليه صحته. قال الله تعالى: ﴿**وأنبتنا عليه شجرة من يقطين**﴾(٢).

لعلاج ذات الجنب، وكلف الوجه:

عن زيد بن أرقم، عن النبي ﷺ، أنه كان ينعت الزيت والورس من ذات الجنب، قال قتادة: يلدّ به، ويلدّ من الجانب الذي يشتكيه(٣).

---

(١) أخرجه البخاري ومسلم.

(٢) سورة الصافات: ١٤٦.

(٣) أخرجه الترمذي وابن ماجه.

وعن زيد بن أرقم أيضًا قال: نعت رسول الله ﷺ، من ذات الجنب ورسًا وقسطًا وزيتًا يلد به[١].

وصح عن أم سلمة ـ رضي الله عنها ـ قالت: كانت النفساء تقعد بعد نفاسها أربعين يومًا، وكانت إحدانا تطلي الورس على وجهها من الكلف[٢].

والورس نبات يزرع زرعًا، وليس ببري، ويعرف ببلاد اليمن.

وله قوة قابضة صابغة، وإذا شرب نفع من الوضح، ومقدار الشربة منه وزن درهم.

وهو في مزاجه ومنافعه قريب من منافع القسط البحري، وإذا لطخ به على البهق والحكة والبثور والسُّفْعَة نفع منها.

وذات الجنب: هي الوجع من ناحية الجنب. وهو ورم يعرض في نواحي الجنب.

والقسط البحري: هو العود الهندي وهو الأبيض منه، وهو حلو و فيه منافع عديدة ففيه تجفيف يشد اللهاة ويرفعها إلى مكانها.

علاج الصداع والشقيقة :

الصداع ألم في الرأس جزئي ويسمى الشقيقة. وقد يكون كلي حقيقته سخونة في الرأس وأسبابه كثيرة، وصداع الشقيقة بسبب مادة في شرايين الرأس وحدها حاصلة فيها أو مرتقية إليها فيقبلها الجانب الأضعف من جانبيه.

وقد ذكر أبونعيم في كتاب «الطب النبوي» له: أن هذا النوع كان يصيب النبي ﷺ، فيمكث اليوم واليومين ولا يخرج..، وفيه: عن ابن عباس قال: خطبنا رسول الله ﷺ، وقد عصب رأسه بعصابة.

وفي الصحيح أنه قال في مرض موته «وارأساه»[٣] وكان يعصب رأسه في مرضه

(١) أخرجه ابن ماجه.

(٢) أخرجه أحمد والترمذي والحاكم والبيهقي.

(٣) أخرجه البخاري.

وعصب الرأس ينفع في وجع الشقيقة وغيرها من أوجاع الرأس.

وروى ابن ماجه في سننه: أن النبي ﷺ، كان إذا صدع، غلّف رأسه بالحناء ويقول: «**إنه نافع بإذن الله من الصداع**».

والمعروف طبيًا أن الحناء مفيد جدًا في بعض أنواع الصداع، أما إذا دق الحناء وخلط بالخل ثم وضع على الجبهة فإنه يشفى سريعًا من الصداع.

الرقية من العين:

عن ابن عباس - رضي الله عنهما - أن النبي ﷺ قال: «**العين حق ولو كان شيء سابق القدر سبقته العين، وإذا استغسلتم فاغسلوا**»(١).

وإذا استغسلتم فاغسلوا: أمر للعائن بالاغتسال عند طلب المعيون منه ذلك.

وصفة الاغتسال: فقد روى مالك في الموطأ عن أبي أمامة بن سهل بن حنيف أنه قال: رأى عامر بن ربيعة سهل بن حنيف يغتسل، فقال: ما رأيت كاليوم جلد مُخْبَأة فَلُبط(٢) سهل، فأتى رسول الله ﷺ، فقيل: يارسول الله، هل لك في سهل بن حنيف؟ والله ما يرفع رأسه، فقال: «**هل تتهمون له أحدًا؟**» قالوا: نتهم عامر بن ربيعة.. فدعا رسول الله عامرًا، فتغيظ عليه وقال: «**علام يقتل أحدكم أخاه؟ ألا برّكت**»(٣) اغتسل له، فغسل عامر وجهه ويديه ومرفقيه وركبتيه، وأطراف رجليه وداخلة إزاره في قدح، ثم صب عليه.. فراح سهل مع الناس ليس به بأس(٤).

وهذا الغسل ينفع بعد استحكام النظرة، فأما عند الإصابة وقبل

---

(١) رواه مسلم.

(٢) المخبأة: هي المخدرة المكنونة التي لا تراها العين ولا تبرز إلى الشمس فتغيرها يعني أن جلد سهل كجلد المخبأة إعجابًا بحسنه.

ولبط: برفع اللام، صرع وسقط على الأرض.

(٣) ألا برّكت؟: أي هل دعوت له بالبركة؟

(٤) رواه ابن ماجه في السنن، ومالك في الموطأ.

الاستحكام، فقد أرشد الرسول ﷺ، إلى ما يدفع الضرر بقوله لعامر بن أبي ربيعة: «**ألا بركت**»؟ أي قلت: «اللهم بارك عليه».

ومما يدفع إصابة العين أيضًا، عندما يرأى الإنسان شيئاً يعجبه عليه أن يقول: «**ما شاء الله لا قوة إلا بالله**» [1] فإنه بذلك لا يضره.

(١) رواه البزار وابن السني.

ثالثا
الدعاء

ثالثا : الدعــاء :

لما كان الدعاء من العبادة ، فيجب على المسلم أن يتخذه أداة ودواء وشفاء وإذا كان الـدعـاء هو السبيل الحقيقي للنجـاة من أمـراض النفس ووسوسة الشيطان والتقرب من الحق جل جلاله ، وشغل النفس بما يفيد وينفع ، فقد ينفع الدعاء أيضًا في حفظها من الأمراض البدنية المختلفة ، فالله هو الشافي وهو المعافي .

قال ابن القيم : والدعاء من أنفع الأدوية ، وهو عدو البلاء ، يدفعه ويعالجه ويمنع نزوله ، ويرفعه أو يخففه إذا نزل ، وهو سلاح المؤمن(١) .

والدعاء واجب وضرورة من ضروريات المسلم لا غنى عنه ، فهو يدفع البلاء ويرد القضاء ، قال رسول الله ﷺ : «**لا يرد القضاء إلا الدعاء**»(٢) .

ولـو نظرنا إلى الدعاء وأثره في النفس من الوجهة الطبية ، لوجدنا أنه يتيح للإنسان المؤمن أن ينفّس عن مشاعره في حضرة العلي القدير ، فيشعر أنه إنما يناجي بدعائه من إذا أراد أمرًا فإنما يقول له كن فيكون ، فيحس بالهدوء والطمأنينة ويشعر أن هناك ملاذًا يلوذ به إذا انقطع من الدنيا ملاذه ، فيزيد ذلك من قوة نفسه المعنوية ، ويقوي عزيمته ويجعله بنجوة من الأمراض النفسية والعصبية .

---

(١) الاستشفاء بالدعاء ، إبراهيم الجمل ، ص٢٢ .

(٢) أخرجه أحمد والطبراني .

الاستشفاء بالدعاء

لمن به قرحة أو جرح :

عن عائشة ـ رضي الله عنها ـ قالت : كان رسول الله ﷺ، إذا اشتكى الإنسان أو كانت به قرحة أو جرح، قال بإصبعه . . هكذا، ووضع سفيان سبابته بالأرض، ثم رفعها، وقال : «**بسم الله، تُرْبَةُ أرضِنَا بِرِيقَةِ بَعضِنَا، يُشفَى سَقِيمُنَا بإذنِ ربِّنا**»(١) .

ومعنى الحديث : أنه يأخذ من ريق نفسه على إصبعه السبابة، ثم يضعها على التراب فيعلق بها منه شيء، فيمسح به على الجرح، ويقول هذا الكلام لما فيه من البركة بذكر اسم الله وتفويض الأمر إليه، والتوكل عليه، فينضم أحد العلاجين إلى الآخر، فيقوى التأثير.

لمن أصابه الرّمد :

عن أنس ـ رضي الله عنه ـ أن رسول الله ﷺ، كان إذا أصابه رمد أو أحدًا من أهله أو أصحابه قال : «**اللهم متعني ببصري، واجعله الوارث مني وأرني في العدو ثأري، وانصرني على من ظلمني**» .

وفي هذا الحديث جواز الدعاء على العدو بأن يريه الله ثأره فيه، وعلى الظالم بأن ينصره الله عليه .

لمن اشتكى ألما في جسده :

عن عثمان بن أبي العاص الثقفي ـ رضي الله عنه ـ قال : أتيت رسول الله ﷺ، وبي وجع قد كان يهلكني، فقال لي : «**امسح بيمينك سبع مرات وقل : أعوذ بعزة**

---

(١) أخرجه البخاري ومسلم .

(٢) أخرجه الحاكم .

الله وقدرته من شر ما أجد وأحاذر، قال: فقلت ذلك فأذهب الله ما كان بي، فلم أزل آمر به أهلي»(١).

وفي لفظ مسلم: أن تقول بسم الله ثلاثًا، وسبع مرات: أعوذ بالله وقدرته من شر ما أجد وأحاذر.

عن ميمونة بنت أبي عسيب مولاة رسول الله ﷺ، أن امرأة من جرش أتت رسـول الله ﷺ، على بعير فنادت: ياعائشة أعينيني بدعوة من رسول الله ﷺ تسكنني ـ أو تطمئنني ـ قالت لها: ضعي يدك اليمنى على فؤادك فامسحيه وقولي: «**بسم الله، اللهم داوني بدوائك واشفني بشفائك وأغنني بفضلك عمن سواك واحدر عني أذاك**»(٢).

احدر: أزل.

لمن احتبس بوله:

من احتبس بوله أو به حصاة يطلب الاستشفاء بهذا الدعاء:

«**ربنـا الله الـذي في السماء تقدس اسمك، أمرك في السماء والأرض، كما رحمتك في السماء، فاجعل رحمتك في الأرض، واغفر لنا حوبنا وخطايانا، أنت رب الطيبين، فأنزل شفاء من شفائك، ورحمة من رحمتك على هذا الوجع**» فيبرأ بإذن الله(٣).

وهو من حديث أبي الدرداء ـ رضي الله عنه ـ، فقد أتاه رجل يذكر أن أباه احتبس بوله، وأصابته حصاة البول فعلمه كيف يستشفى بهذا الدعاء الذي سمعه من النبي ﷺ.

لمن أصيب بالحمى:

من أصابته الحمى يدعو بهذا الدعاء، ويقول:

(١) أخرجه مسلم، ومالك في الموطأ واللفظ له.
(٢) أخرجه الطبراني.
(٣) أخرجه أبوداود والنسائي.

«بسم الله الكبير، نعوذ بالله العظيم من شر كل عرق نعّار، ومن شر حرّ النار»[١].

والحديث روى أيضًا بالهمزة. وهو عن ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ قال: أن النبي ﷺ، كان يعلمهم من الأوجاع أو لمن به حمى أن يقول: «**بسم الله الكبير**. . .» إلى آخر الحديث.

وعن أنس بن مالك ـ رضي الله عنه ـ قال: كنا مع رسول الله ﷺ، في المسجد، حتى إذا طلعت الشمس خرج رسول الله ﷺ، واتبعته فقال: «**انطلق بنا حتى ندخل على فاطمة بنت محمد**» فدخلنا وإذا هي نائمة فقال ﷺ: «**يافاطمة ما ينيمك هذه الساعة؟**». قالت: مازلت منذ البارحة محمومة. . قال: «**فأين الدعاء الذي علمتك؟**» قالت: نسيته. قال: قولي: «**ياحي ياقيوم، برحمتك أستغيث أصلح لي شأني كله، ولا تكلني إلى نفسي طرفة عين، ولا إلى أحد من الناس**»[٢].

وعن ثوبان ـ رضي الله عنه ـ عن النبي ﷺ قال: «**إذا أصاب أحدكم الحمى، فإن الحمى قطعة من النار فليطفئها عنه بالماء فليستنقع في نهر جار، وليستقبل، جريته بعد صلاة الصبح وقبل طلوع الشمس وليقل: بسم الله، اللهم اشف عبدك، وصدق رسولك، ولينغمس فيه ثلاث غمسات ثلاثة أيام، فإن لم يبرأ في ثلاث فخمس، فإن لم يبرأ في خمس، فسبع، فإن لم يبرأ في سبع فإنها لا تكاد تجاوز تسعًا بإذن الله**»[٣].

وهذا الحديث فيه علاجان: علاج بالتداوي بالانغماس في الماء، والعلاج بدعاء الرسول ﷺ، فإن له من التأثير النفسي مايساعد النفس ويقويها على مرحلة التخلص من الحمى ويبعدها عنه بإذن الله. واختيار الرسول ﷺ لوقت الفجر وقبل طلوع الشمس إنما يكون في فصل الصيف وفي البلاد الحارة.

---

(١) أخرجه الحاكم.

(٢) أخرجه الطبراني.

(٣) رواه الترمذي وأحمد والضياء. الضعيفة ٢٣٣٩.

لمن أصيب بعين:

عن ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «**العين حق، ولو كان شيء سابق القدر، لسبقته العين**»(١).

عن عائشة ـ رضي الله عنها ـ أنها قالت: كان إذا اشتكى رسول الله ﷺ، رقاه جبريل ـ عليه السلام ـ قال: «**باسم الله يبريك، ومن كل داء يشفيك، ومن شر حاسد إذا حسد وشر كل ذي عين**»(٢).

ومن أصيب بعين دعي له ورقي بقول رسول الله ﷺ: «**بسم الله، اللهم أذهب حرَّها وبردها وَوَصَبهَا**» ثم يقول: «**قم بإذن الله**»(٣).

لحفظ النفس والجسم في الدنيا والآخرة:

قال رسول الله ﷺ: «**اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل والجبن والهرم، وأعوذ بك من عذاب القبر وأعوذ بك من فتنة المحيا والمهات، اللهم إني أعوذ بك من القسوة والغفلة والعيلة والذلة والمسكنة وأعوذ بك من الفقر والكفر والفسوق والشقاق والسمعة والرياء، وأعوذ بك من الصمم والبكم والجنون والجذام وسيء الأخلاق**»(٤).

وهو من حديث أنس ـ رضي الله عنه ـ ويستعاذ به ويطلب الإنسان أن يشفيه من أمراض نفسية عارضة وجسمية يبتلى بها وهي ممثلة في:

١ ـ العجز: وهو يمنع الإنسان من أداء الحقوق الواجبة عليه.

٢ ـ الكسل: فترة تلحق الإنسان يكون بسببها تثبيطه عن العمل.

٣ ـ الجبن: صفة مذمومة تفوت على الإنسان أعمالاً كثيرة.

٤ ـ الهرم: وهو البلوغ إلى سن تضعف فيه الحواس ويضطرب فيه العقل والفهم.

٥ ـ عذاب القبر: وهو من الأمور الغيبية ثابت بالكتاب والسنة.

(١، ٢) رواه مسلم.

(٣) أخرجه النسائي والحاكم.

(٤) رواه البخاري ومسلم.

٦ ـ فتنة المحيا والممات: وهي الفتن التي قد تؤدي إلى الخروج من الدين.
٧ ـ قسوة القلب: غلظته حتى لا يقبل الموعظة ولا يخاف العقوبة.
٨ ـ العيلة: الفاقة والحاجة وعدم القدرة على القيام بما يحتاج إليه.
٩ ـ الذلة: الهوان والضعة واحتقار الناس له.
١٠ ـ المسكنة: الخضوع والذلة لما يعرض من الحاجة.
١١ ـ الفسوق: الخروج عن الاستقامة بارتكاب المعاصي والوقوع في الحرمات.
١٢ ـ الشقاق: هو الخلاف والتنازع والعداوة بما يقع من الأسباب الموجبة لذلك.
١٣ ـ السمعة: فعل الخير للرياء، وتحدث الناس للشهرة، لا لوجه الله.
١٤ ـ الرياء: مراءاة الناس طلبًا للمدح والثناء.
١٥ ـ الصمم، والبكم، والجنون، والجذام: وكلها أمراض حسية تصيب الجسم.

وهـذا دعاء جامع، ثابت في الصحيحين، يدعونا فيه رسول الله ﷺ، أن نستغيث ونستعيذ وندعو الله، أن يبعد عنا هذه الأمراض النفسية والبدنية التي تؤثر في سير الحياة وتبتلي الإنسان بالهموم والغموم وتنفر الناس منا، كما أن هذه الأمراض تعـطل الإنسان عن أداء ما يجب عليه تجاه الخالق سبحانه وتعالى، وتجعله يعيش فريدًا منقطعًا عن الناس.

لمن سئم الحياة:

عن أنس ـ رضي الله عنه ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «**لا يتمنى أحدكم الموت من ضر أصابه، فإن كان لابد فاعلاً، فليقل: اللهم أحيني ما كانت الحياة خيراً لي، وتوفني ما كانت الوفاة خيراً لي**»[1].

إن تمني المـوت منهي عنه، ولكن إذا نزل بالإنسان الضر وسئم الحياة فقد أرشده رسول الله ﷺ، إلى هذا الدعاء، وفيه الخشية على دينه لفساد الزمان، بل إن الضر العـائد إلى الدين أشد عند المؤمن من الضر العائد إلى البدن أو العائد إلى الدنيا. لذلك فعلى المؤمن أن يلجأ سريعًا إلى حديث رسول الله ﷺ، بهذا الدعاء.

(١) أخرجه البخاري ومسلم.

الاستشفاء بالدعاء، عند عودة المريض:

إذا عاد المسلم مريضًا، فليتأسى بما كان يدعو به رسول الله ﷺ، عندما كان يعود مريضًا: بقوله:

- «**لا بأس طهور إن شاء الله - مرتين - بسم الله تربة أرضنا وريقة بعضنا يشفي سقيمنا بإذن الله**»[١] ولفظ للبخاري (بإذن ربنا).
- «**وكان يمسح بيده اليمنى ويقول: اللهم اذهب البأس، رب الناس، اشفه وأنت الشافي، لا شفاء إلا شفاؤك، شفاء لا يغادر سقما**»[٢].
- وأحيانًا كان يعود المريض بالرقية بقوله: «**بسم الله أرقيك، من كل شيء يؤذيك، ومن شر كل نفس أو عين حاسد، الله يشفيك، بسم الله أرقيك**»[٣].
- «**بسم الله أرقيك، والله يشفيك من كل داء فيك، ومن شر النفاثات في العقد ومن شر حاسد إذا حسد**» (ثلاث مرات).[٤].
- «**اللهم اشف عبدك ينكأ لك عدوًا، أو يمشي لك إلى صلاة**»[٥].
- «**أسأل الله العظيم، رب العرش العظيم، أن يشفيك**»[٦].
- «**أعوذ بوجه الله الكريم، وبكلمات الله التامات التي لايجاوزهن بر ولا فاجر من شر ما خلق وذرأ وبرأ، ومن شر ما ينزل من السماء، ومن شر ما يعرج فيها ومن شر ما ذرأ في الأرض، ومن شر ما يخرج منها، ومن شر فتن الليل والنهار ومن شر كل طارق، إلا طارقًا يطرق بخير يا رحمن**»[٧].

(١، ٢) أخرجه البخاري ومسلم.

(٣) أخرجه مسلم.

(٤) أخرجه الحاكم وابن أبي شيبة.

(٥) أخرجه أبوداود وأحمد.

(٦) أخرجه أبوداود والترمذي والحاكم.

(٧) أخرجه الترمذي وأحمد والطبراني.

الاستشفاء بما كان يدعو به المصطفى ﷺ

عن أبي أمامة ـ رضي الله عنه ـ قال: دعا النبي ﷺ، بدعاء كثير لم نحفظ منه شيئًا، فقلنا: يارسول الله دعوت بدعاء كثير لم نحفظ منه شيئًا ثم قال: «**ألا أدلكم على ما يجمع ذلك كله تقولون:**

اللهم إنا نسألك من خير ما سألك منه نبيك محمد ﷺ ونعوذ بك من شر ما استعاذ منه نبيك محمد ﷺ، وأنت المستعان وعليك البلاغ، ولا حولا ولا قوة إلا بالله»(١).

تعويذة الحسن والحسين:

كان النبي ﷺ يعوذ الحسن والحسين بهذا الدعاء:

«**أعيذكما بكلمات الله التامة، من شر كل شيطان وهامة، ومن كل عينٍ لامّة**»(٢).

دعاء بالبركة في السمع والبصر:

- «**اللهم إني أسألك خير المسألة، وخير الدعاء، وخير النجاح، وخير العمل، وخير الثواب، وخير الحياة، وخير الممات، وثبتني وثقل موازيني، وحقق إيماني وارفع درجتي، وتقبل صلاتي واغفر خطيئتي، وأسألك الدرجات العلى من الجنة.. آمين**».
- «**اللهم إني أسألك فواتح الخير وخواتمه وجوامعه وأوله وآخره وظاهره وباطنه والدرجات العلى من الجنة.. آمين**».
- «**اللهم إني أسألك خير ما آتى، وخير ما أفعل، وخير ما أعمل، وخير ما أبطن، وخير ما أظهر، والدرجات العلى من الجنة.. آمين**».

---

(١) أخرجه الترمذي.

(٢) أخرجه أحمد والترمذي.

- «اللهم إني أسـألـك أن ترفع ذكري، وتضع وزري، وتصلح أمري، وتطهر قلبي، وتحصن فرجي، وتنور قلبي، وتغفر لي ذنبي، وأسألك الدرجات العلى من الجنة. آمين».
- «اللهم إني أسألك أن تبارك في سمعي وفي بصري وفي روحي وفي خلقي، وفي أهلي وفي محياي وفي مماتي، وفي عملي، وتقبل حسناتي، وأسألك الدرجات العلى من الجنة.. آمين»[1].

(١) أخرجه الطبراني في الأوسط.

بعض الأدعية التي ترتبط بالشفاء والعافية

في الحديث الذي أخرجه البخاري ومسلم . . أن رسول الله ﷺ، قال للمرأة التي كانت تتكشف وسألت الرسول ﷺ أن يدعو لها فقال لها: «**إن شئت صبرت ولك الجنة، وإن شئت دعوت الله لك أن يعافيك**».

فطلبت أن يدعو لها بألا تتكشف، فدعا لها ﷺ.

يستدل من هذا الحديث أن الدعاء يقوم في معالجة بعض الأمراض مقام الدواء الشافي لاسيما من الأنبياء والصالحين، فتكون بركته أعظم، وفعله في النفس أقوى، وفي فعل القوى النفسية ونفعها للأمراض العجب العجاب، وأن الأدوية النافعة من هذا المرض منها عقاقير وتعاويذ وخواص وغير ذلك.

وإليك أخي المسلم بعض الأدعية المأثورة عن رسول الله ﷺ.

- «**اللهم إني أعوذ بك من زوال نعمتك، وتحول عافيتك، وفجاءة نقمتك، وجميع سخطك**»(١).
- «**اللهم أصلح لي ديني الذي هو عصمة أمري، وأصلح لي دنياي التي فيها معاشي وأصلح لي آخرتي التي إليها معادي، واجعل الحياة زيادة لي في كل خير، واجعل الموت راحة لي من كل شر**»(٢).
- «**اللهم آت نفسي تقواها، وزكّها أنت خير من زكاها، أنت وليها ومولاها اللهم إني أعوذ بك من علم لا ينفع، ومن قلب لا يخشع، ومن نفسٍ لا تشبع، ومن دعوة لا يستجاب لها**»(٣).
- «**اللهم إنك عفو تحب العفو فاعف عني**»(٤).

(١، ٢، ٣) أخرجه مسلم.

(٤) أخرجه الترمذي.

- «اللهم إني أسألك صحة في إيمان، وإيمانًا في حسن خلق، ونجاحًا يتبعه فلاح ورحمة منك وعافية، ومغفرة منك ورضوانًا»(١).
- «اللهم متعني بما رزقتني، وبارك لي فيه، واخلف عليّ كل غائبة لي بخير»(٢).
- «اللهم إني أسألك خشيتك في الغيب والشهادة، وأسألك كلمة الحق في الغضب والرضا، وأسألك القصد في الفقر والغنى، وأسألك نعيمًا لا ينفد، وأسألك قرة عين لا تنقطع، وأسألك الرضا بعد القضاء، وأسألك برد العيش بعد الموت وأسألك لذة النظر إلى وجهك الكريم، والشوق إلى لقائك من غير ضراء مضرة، ولا فتنة مضلة، اللهم زيّنا بزينة الإيمان واجعلنا هداة مهتدين»(٣).
- «اللهم إني أسألك الهدى والتقى والعفاف والغنى»(٤).
- «اللهم اغفر لي وارحمني واهدني وارزقني وعافني»(٥).
- «اللهم إني أعوذ بك من البرص والجنون والجذام وسيء الأسقام»(٦).
- «اللهم عافني في جسدي، وعافني في بصري، واجعله الوارث مني، لا إله إلا أنت الحليم الكريم، سبحان الله رب العرش العظيم، والحمد لله رب العالمين»(٧).
- «اللهم إني ظلمت نفسي ظلمًا كثيراً ولا يغفر الذنوب إلا أنت فاغفر لي مغفرة من عندك، وارحمني إنك أنت الغفور الرحيم»(٨).
- «اللهم إني أعوذ بك من جهد البلاء، ودرك الشقاء، وسوء القضاء، وشماتة الأعداء»(٩).

(١) أخرجه الحاكم والطبراني في الأوسط عن أبي هريرة. الضعيفة ٢٩١١.
(٢) أخرجه الحاكم والترمذي.
(٣) أخرجه النسائي.
(٤، ٥) أخرجه مسلم.
(٦) أخرجه أبوداود والنسائي.
(٧) أخرجه الترمذي والحاكم عن عائشة. الضعيفة ٢٩١٧.
(٨، ٩) أخرجه البخاري ومسلم.

- «اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل، والجبن والهرم والبخل، وأعوذ بك من عذاب القبر، وأعوذ بك من فتنة المحيا والممات، وضلع الدين، وغلبة الرجال»[١].
- «اللهم إني أعوذ بك من شر سمعي، ومن شر بصري، ،ومن شر لساني، ومن شر قلبي، ومن شر مني»[٢].

(١) أخرجه البخاري ومسلم.
(٢) أخرجه الترمذي وأبوداود والنسائي.

رابعا
الذكــــــر

رابعا : الذكــر :

قال الله تعالى: ﴿**فاذكروني أذكركم، واشكروا لي ولا تكفرون**﴾[١].

وقال رسول الله ﷺ: «**أنا مع عبدي ما ذكرني وتحركت بي شفتاه**»[٢].

اعلم يا أخي أن الذكر يجب أن يكون بجميع الجوارح، فذكر القلب هو الخوف والرجاء، وذكر اللسان هو المدح والثناء، وذكر البدن هو الوفاء، وذكر الروح هو التسليم والرضى.

واعلم أيضًا أن قراءة القرآن ذكر.. وهو أفضل الذكر.. والصلاة والسلام على النبي ﷺ، ذكر، والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ذكر، ومدارسة العلوم الدينية والتفقه فيها ذكر، وحمد الله وشكره ذكر، والاستغفار ذكر، وتسبيح الله ذكر، وكل ما يوصلك إلى الله تعالى فهو ذكر.

فكن من الذاكرين لله ـ سبحانه وتعالى ـ بكل جوارحك، حتى تكون من الذين ﴿**أعد الله لهم مغفرة وأجرًا عظيمًا**﴾[٣].

وحسبك أن تعلم أن الذكر هو طب القلوب ودواؤها، وعافية الأبدان وشفاؤها ونور الأبصار وضياؤها، به تطمئن القلوب، وتنفرج الكروب، وتغفر الخطايا والذنوب، ولهذا أمر الله تعالى به، وحث عليه، ورغب فيه، ومدح أهله فقال تعالى: ﴿**ألا بذكر الله تطمئن القلوب**﴾[٤].

قال رسول الله ﷺ: يقول الله تعالى في الحديث القدسي: «**أنا عند ظن عبدي بي، وأنا معه إذا ذكرني، فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ ذكرته في ملأ خير منه، وإن تقرب إلي شبرًا تقربت إليه ذراعًا، وإن تقرب إلي ذراعًا تقربت منه باعًا، وإذا أتاني يمشي أتيته هرولة**»[٥].

---

(١) البقرة: ١٥٢.

(٢) رواه أحمد وابن ماجه والحاكم.

(٣) الأحزاب: ٣٥.

(٤) الرعد: ٢٨.

(٥) رواه البخاري ومسلم.

سئل الإمام أبوعمرو بن الصلاح عن القدر الذي يصير به من الذاكرين الله كثيرًا والذاكرات، فقال: إذا واظب على الأذكار المأثورة المثبتة صباحًا ومساءً في الأوقات والأحوال المختلفة ليلاً ونهارًا[١].

قال ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ: المراد: يذكرون الله في أدبار الصلوات، وغدوًا، وعشيًّا، وفي المضاجع، وكلما استيقظ من نومه، وكلما غدا أو راح من منزله ذكر الله تعالى[٢].

وللذكر فوائد كثيرة منها:[٣]

- أنه يطرد الشيطان ويقمعه ويكسره.
- أنه يرضي الرحمن ـ عز وجل ـ.
- أنه يزيل الهم والغم عن القلب. ويجلب له الفرح والسرور.
- أنه يقوي القلب والبدن.
- أنه ينور الوجه والقلب.
- أنه يجلب الرزق.
- أنه قوت القلب والروح.
- أنه يورث جلاء القلب من صدئه.
- أنه يحط الخطايا ويذهبها، لأنه من أعظم الحسنات.
- أنه يذكر العبد الذاكر عند ربه في وقت الشدائد.
- أنه سبب تنزيل السكينة، وغشيان الرحمة، وحفوف الملائكة بالذاكر.
- وأنه أساس العطاء والفضل الذي لم يرتب على غيره من الأعمال.
- وأنه رأس الشكر.
- وأنه شفاء القلب ودواؤه.
- وأنه يجلب نعم الله، ويدفع النقم.

(١، ٢) من وصايا الرسول ـ طه العفيفي، جـ٦ ص٣٢.

(٣) الوابل الصيب من الكلم الطيب، لابن القيم الجوزية (باختصار وتصرف).

- وأنه من أكبر العون على طاعة الله - عز وجل -.
- وأنه يسهل الصعب، وييسر العسير، ويخفف المشاق.
- وأنه يذهب عن القلب مخاوفه كلها.
- وأنه يعطي الذاكرة قوة نورانية.
- وأنه يكسو الوجه نضرة في الدنيا، ونورًا في الآخرة.

عن معاذ بن جبل - رضي الله عنه - قال: قال رسول الله ﷺ: «**ألا أخبركم بخير أعمالكم، وأزكاها عند مليككم، وأرفعها في درجاتكم وخير لكم من إنفاق الذهب والفضة، ومن أن تلقوا عدوكم فتضربوا أعناقهم ويضربوا أعناقكم؟** قالوا: بلى يارسول الله. قال: «**ذكر الله عز وجل**»[1].

عن عبدالله بن بسر - رضي الله تعالى عنه - أن رجلا قال: يارسول الله إن شرائع الإسلام قد كثرت عليّ، فأخبرني بشيء أتشبث به. قال ﷺ: «**لايزال لسانك رطبًا من ذكر الله**»[2].

الاستشفاء من الغضب:

الغضب مرض خطير وعلى الإنسان أن يحذره ويعالجه سريعًا وإلا فقد يحصل ما لا تحمد عقباه، وذكر الله والتعوذ به من الشيطان يخرج الغاضب من المرض النفسي الذي ألمّ به. فمن غضب في غير حق ولا موعظة صدق فليعلم أن الشيطان هو الذي يتلاعب به، قال النبي ﷺ: «**من غضب فقال: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم، ذهب عنه ما يجد**»[3].

من ابتلي بالوسوسة:

أنفع علاج في دفع الوسوسة، الإقبال على ذكر الله تعالى، والإكثار منه ويستحب قول: «**لا إله إلا الله**» لمن ابتلى بالوسوسة في الوضوء أو الصلاة فإن

---

(١) رواه أحمد والترمذي وابن ماجه.

(٢) رواه الحاكم.

(٣) أخرجه البخاري.

الشيطان إذا سمع الذكر خنس، أي تأخر.

من ابتلي بالوحشة :

عن البراء بن عازب ـ رضي الله عنهما ـ قال: أتى رسول الله ﷺ، رجل يشكو إليه الوحشة، فقال: «**أكثر من أن تقول: سبحان الملك القدوس، رب الملائكة والروح، جَلَلْتَ السموات والأرض بالعزة والجبروت**» فقالها الرجل، فذهبت عنه الوحشة(١). جللت: من جلال الله عز وجل.

من وقع في هلكة :

عن علي ـ رضي الله عنه ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «**يا علي ألا أعلمك كلمات إذا وقعت في ورطة ـ هلاك ـ قلتها؟**» قلت: بلى جعلني الله فداءك، قال: «**إذا وقعت في ورطة فقل: بسم الله الرحمن الرحيم، ولا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم، فإن الله تعالى يصرف بها ما شاء من أنواع البلاء**»(٢).

من أعجزه أمر :

عن عوف بن مالك ـ رضي الله عنه ـ أن النبي ﷺ، قضى بين رجلين، فقال المقضي عليه لما أدبر: حسبي الله ونعم الوكيل، فقال النبي ﷺ: «**إن الله تعالى يلوم على العجز، ولكن عليك بالكيّس(٣) فإذا غلبك أمر فقل: حسبي الله ونعم الوكيل**»(٤).

ذكر الله في المرض يقي من النار :

من ذكر الله في مرضه بقوله: «**لا إله إلا الله والله أكبر، لا إله إلا الله وحده لا شريك له، لا إله إلا الله له الملك وله الحمد، لا إله إلا الله ولا حول ولا قوة إلا**

---

(١) أخرجه ابن السني ورواه ابن عساكر والخرائطي في مكارم الأخلاق عن البراء. الضعيفة ٢٨٧٧.

(٢) أخرجه ابن السني في عمل اليوم والليل ـ موضوع ـ (الضعيفة ٢٧٢١، ضعيف الجامع ٧٢٧).

(٣) الكيس: بفتح الكاف وإسكان الياء يطلق على معان منها الرفق والمعنى عليك بالعمل في رفق بحيث تطيق الدوام عليه.

(٤) أخرجه أبوداود ضعيف الكلم الطيب ١٣٧.

بالله، لم تمسه النار بعد موته».

فعن أبي سعيد الخدري وأبي هريرة - رضي الله عنهما - أنهما شهدا على رسول الله ﷺ، أنه قال: من قال: «**لا إله إلا الله والله أكبر صدّقه ربه فقال: لا إله إلا أنا وأنا أكبر، وإذا قال لا إله إلا الله وحده لا شريك له، قال: يقول: لا إله إلا أنا وحدي لا شريك لي، وإذا قال: لا إله إلا الله له الملك وله الحمد، قال: لا إله إلا أنا لي الملك ولي الحمد، وإذا قال: لا إله إلا الله ولا حول ولا قوة إلا بالله قال: لا إله إلا أنا ولا حول ولا قوة إلا بي**».

وكان رسول الله ﷺ يقول: «**من قالها في مرضه ثم مات لم تطعمه النار**»[1].

ذكر الله بالتكبير يطفيء الحريق :

يذكر عن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده قال: قال رسول الله ﷺ: «**إذا رأيتم الحريق فكبروا، فإن التكبير يطفئه**»[2].

يقول ابن القيم[3]:

«إن تكبير الله - عز وجل - له أثر في إطفاء الحريق، فإن كبرياء الله - عز وجل - لا يقوم لها شيء، فإذا كبر المسلم ربه، أثر تكبيره في خمود النار وخمود الشيطان التي هي مادته، فيُطفيء الحريق، وقد جربنا نحن وغيرنا هذا فوجدناه كذلك.

ذكر الله بأسمائه وصفاته :

قال الله - تبارك وتعالى -: ﴿**ولله الأسماء الحسنى فادعوه بها**﴾[4].

فعن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله ﷺ قال: «**إن لله تعالى تسعة وتسعين اسمًا مائة إلا واحدًا من أحصاها دخل الجنة، إنه وتر يحب الوتر**»[5].

---

(١) رواه الترمذي وقال حديث حسن.

(٢) أخرجه ابن السني وابن عدي وابن عساكر عن ابن عمرو الكلم الطيب ٢٢١ - الضعيفة ٢٦٠٣.

(٣) انظر زاد المعاد: جـ٤، ص٢١٢، ٢١٣.

(٤) الأعراف/ ١٨٠.

(٥) رواه البخاري ومسلم.

هو الله	الذي لا	إله إلا هو	الرحمن	الرحيم	الملك	القدوس
السلام	المؤمن	المهيمن	العزيز	الجبار	المتكبر	الخالق
الباريء	المصور	الغفار	القهار	الوهاب	الرزاق	الفتاح
العليم	القابض	الباسط	الخافض	الرافع	المعز	المذل
السميع	البصير	الحكم	العدل	اللطيف	الخبير	الحليم
العظيم	الغفور	الشكور	العليّ	الكبير	الحفيظ	المغيث
الحسيب	الجليل	الكريم	الرقيب	المجيب	الواسع	الحكيم
الودود	المجيد	الباعث	الشهيد	الحق	الوكيل	القوي
المتين	الولي	الحميد	المحصي	المبديء	المعيد	المحيي
المميت	الحيّ	القيّوم	الواجد	الماجد	الواحد	الصمد
القادر	المقتدر	المقدم	المؤخر	الأول	الآخر	الظاهر
الباطن	الولي	المتعال	البر	التواب	المنتقم	العفوّ
الرؤوف	مالك	الملك	ذو الجلال	والإكرام	المقسط	الجامع
الغنيّ	المغني	المانع	الضار	النافع	النور	الهادي
البديع	الباقي	الوارث	الرشيد	الصبور		

قال الشيخ عبدالحليم محمود، في مجال الذكر والدعاء بأسماء الله الحسنى والاستشفاء بها[1]: «والأسماء الحسنى هي ديدن الذاكرين، لا لأنها ذكر الله بذكر أسمائه الكريمة فحسب، بل لأنها ـ مع ذلك ـ تتضمن الرجاء بما تحمله هذه الأسماء من معان سامية اختص الله بها وأخفى الكثير منها على بعض خلقه، فالله يستجيب لطالبي رحمته بذكرهم: الرحمن الرحيم، ويجعلهم رحماء يتراحمون ويرحمون، ويستجيب الله سبحانه للخائفين بذكرهم: الجبار، القهار، الحسيب، الرقيب، فيأمنون من عذابه ويقيمون حدوده، ويستتجيب لطالبي فضله وسعته بذكرهم:

(١) من كتاب: «الاستشفاء بالدعاء» إبراهيم الجمل ص٥٥، ٥٦.

الرزاق، الكريم، الواسع، فيمدهم بحسب فضله ورزقه وكرمه، وفضله لا حدود له، ورزقه لا تنفد خزائنه، وكرمه بغير حساب، وهكذا شأن الأسماء مع الذاكرين الله.

وقال الشيخ الغزالي: «وعندما يقف الإنسان في إطار ضعفه أمام ذي الجبروت والعزة والملكوت، فإنه يعود مليء اليدين بالخير»[١].

الذاكر مع السبعة الذين يظلهم الله في ظله يوم لا ظل إلا ظله:

قال رسول الله ﷺ: «**سبعة يظلهم الله في ظله يوم لا ظل إلا ظله: إمام عادل و. . . ورجل ذكر الله عز وجل خاليًا ففاضت عيناه**»[٢].

وعنه ﷺ أنه قال: «**لا يلج النار أحد بكى من خشية الله تعالى حتى يعود اللبن في الضرع**»[٣].

والتسبيح ذكر:

قال تعالى: ﴿**وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها**﴾[٤].

والتسبيح أنقذ سيدنا يونس من بطن الحوت.

قال تعالى: ﴿**فلولا أنه كان من المسبحين، للبث في بطنه إلى يوم يبعثون**﴾[٥] فبعد أن مكث في بطن الحوت يسبح الله تعالى ألهمه الله بكلمات قالهن كانت سببًا في نجاته، ونجاة كل من يسبح من المؤمنين.

قال الله تعالى: ﴿**وذا النون إذ ذهب مغاضبًا فظن أن لن نقدر عليه، فنادى في الظلمات أن لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين، فاستجبنا له ونجيناه من الغم وكذلك ننجي المؤمنين**﴾[٦].

---

(١) من كتاب الاستشفاء بالدعاء، إبراهيم الجمل، ص٥٦.
(٢) متفق عليه.
(٣) رواه الترمذي والنسائي وابن ماجه.
(٤) طه: ١٣٠.
(٥) الصافات: ١٤٣. (٦) الأنبياء: ٨٧، ٨٨.

والاستغفار ذكر :

قال الله تعالى: ﴿**وما كان الله ليعذبهم وأنت فيهم، وما كان الله معذبهم وهم يستغفرون**﴾ (١).

وقال ﷺ: «**من لزم الاستغفار جعل الله له من كل ضيق مخرجًا ومن كل هم فرجًا، ورزقه من حيث لا يحتسب**» (٢).

والاستغفار يجلي القلوب:

قال رسول الله ﷺ: «**إن القلوب لتصدأ كما يصدأ الحديد وجلاؤها الاستغفار**» (٣).

سيد الاستغفار:

«**اللهم أنت ربي لا إله إلا أنت خلقتني وأنا عبدك وأنا على عهدك ووعدك ما استطعت، أعوذ بك من شر ما صنعت، أبوء لك بنعمتك عليّ، وأبوء بذنبي فاغفر لي، فإنه لا يغفر الذنوب إلا أنت**» (٤).

ذكر الله ـ بصدق وإيمان ـ يدفع المصيبة والحريق :

جاء رجل إلى أبي الدرداء ـ رضي الله تعالى عنه ـ، قال له: قد احترق بيتك فقال: ما احترق، لم يكن الله ليفعل ذلك بكلمات سمعتهن من النبي ﷺ، من قالها أول نهاره لم تصبه مصيبة حتى يمسي، ومن قالها آخر النهار لم تصبه مصيبة حتى يصبح، ـ وقد قلتهن اليوم ـ. ثم قال: انهضوا بنا فانتهوا إلى داره وقد احترق ما حولها ولم يصبها شيء.

وهذه هي الكلمات: قال النبي ﷺ: «**من قال حين يصبح وحين يمسي: اللهم أنت ربي، لا إله إلا أنت، عليك توكلت وأنت رب العرش العظيم، ما شاء**

---

(١) الأنفال: ٣٣.

(٢) رواه أبوداود وابن ماجه. الضعيفة ٧٠٥ ـ الترغيب ٢/ ٢٦٨.

(٣) رواه البيهقي.

(٤) رواه البخاري.

الله كان وما لم يشأ لم يكن، لا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم، أعلم أن الله على كل شيء قدير، وأن الله قد أحاط بكل شيء علمًا اللهم إني أعوذ بك من شر نفسي، ومن شر كل دابة أنت اخذ بناصيتها، إن ربي على صراط مستقيم»[1].

ذكر الله وقاية من بعض الأمراض :

قال النبي ﷺ: «إذا صليت الصبح فقل بعد صلاة الصبح: سبحان الله العظيم وبحمده ولا حول ولا قوة إلا بالله ـ ثلاث مرات ـ يوقيك الله من بلايا أربع: من الجنون، والجذام، والعمى، والفالج»[2].

---

(١) رواه ابن السني عن أبي الدرداء.

(٢) رواه ابن السني عن ابن عباس.

خامسا
الصلاة

خامسا : الصــلاة :

الصلاة : صلة وعلاقة، وهي دعاء يتقرب به العبد إلى ربه، وهي فريضة الله على كل مؤمن، قال الله تعالى : ﴿**إن الصلاة كانت على المؤمنين كتابًا موقوتًا**﴾(١) وهي عماد الدين، قال رسول الله ﷺ : « . . . **رأس الأمر الإسلام، وعموده الصلاة، وذروة سنامه الجهاد** . . . »(٢).

والصلاة تطهر النفس وتزكيها، وتؤهل العبد لمناجاة ربه في الدنيا ومجاورته في الدار الآخرة . . . عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله ﷺ : «**أرأيتم لو أن نهرًا بباب أحدكم يغتسل فيه كل يوم خمس مرات ما تقولون يبقى من درنه شيئًا؟ قالوا : لا يبقى من درنه شيئًا. قال : فذلك مثل الصلوات الخمس . . يمحو الله بها الخطايا**»(٣).

الصلاة دعوة لتنظيف الباطن :

ولقد فرض الإسلام الصلاة، وهي دعوة لتنظيف الباطن، والتخلي عن الفحشاء والمنكر، والتحلّي بمكارم الأخلاق، وفيها راحة الضمير، والتروي في كل الأمور، واستعادة النشاط . . قال الله تعالى : ﴿**وأقم الصلاة إن الصلاة تنهىٰ عن الفحشاء والمنكر**﴾(٤).

فائدة الوضوء الصحية :

قال الله تعالى : ﴿**يأيها الذين آمنوا إذا قمتم إلى الصلاة فاغسلوا وجوهكم وأيديكم إلى المرافق، وامسحوا برءوسكم وأرجلَكم إلى الكعبين**﴾(٥).

---

(١) النساء : ١٠٣ .

(٢) رواه الترمذي .

(٣) أخرجه الشيخان .

(٤) العنكبوت : ٤٥ .

(٥) المائدة : ٦ .

فالوضوء يحمي الجسم، ويقي الجلد، وما تحته من الأنسجة، بتخليصه من الأتربة والغبار والإفرازات والجراثيم التي قد تتلوث بها اليد، وكما أن في الاستنشاق والاستنثار نظافة للأنف، والمضمضة والسواك نظافة الفم والأسنان والجهاز الهضمي، وغسل باقي الأعضاء فيه فوائد طبية هامة.

متى يتحقق المقصود من الصلاة؟

حتى يتحقق المقصود من الصلاة، فإنها يجب أن تؤدي أداء كاملاً بكل الإخلاص والخشوع، وإظهار الحاجة والافتقار إلى الله ـ سبحانه وتعالى ـ والثناء عليه سبحانه بما يستحقه من الحمد والتمجيد، وقد رتب القرآن الكريم على الخشوع في الصلاة الفلاح في الدنيا والآخرة، فقال تعالى: ﴿**قد أفلح المؤمنون الذين هم في صلاتهم خاشعون**﴾(١).

أما إذا خلت الصلاة من هذه المعاني لم يصدق على المصلي أنه أقام الصلاة وعلى هذا فالصلاة ليست هي الصورة الشكلية المعهودة من القيام والركوع والسجود والتعبد بالألفاظ التي يسهل على كل فرد أن يتعودها، وقد توعد الله الذين يأتون بصورة الصلاة من الحركات والألفاظ مع السهو عن معنى العبادة بقوله: ﴿**فويل للمصلين، الذين هم عن صلاتهم ساهون**﴾(٢).

حالة المصلي مع ربه:

إن حالة المصلي مع ربه ـ ولله المثل الأعلى ـ كحالة المريض مع طبيبه فإن المريض يهرع إلى الطبيب أملاً في الشفاء، فيأمره طبيبه بأخذ الدواء المناسب فكذلك المصلي في طلبه الهداية من ربه يطلب الدواء الشافي من أمراض الأعمال والاعتقادات الباطلة، فكأن الله يقول له خذ دواءك من كلامي وهو القرآن واتل ما تيسر منه في صلاتك فهو الدواء الشافي لك من جميع الأمراض.

ولما كان من حكمة الله أن ينشغل الإنسان بأمور الدنيا، وربما يقارف ما قد

---

(١) المؤمنون: ١، ٢.

(٢) الماعون: ٤، ٥.

يتلوث به أثناء الاشتغال بأمورها وأحوالها، فقد أمر الله بتكرار الصلاة خمس مرات في اليوم والليلة، فهي بمنزلة الدواء الذي يتكرر أخذه كلما خيف من صولة المرض.

الصلاة من أسباب حفظ الصحة:

يقول ابن القيم[١]: ولا ريب أن الصلاة فيها من حفظ صحة البدن، وإذابة أخلاطه وفضلاته ما هو أنفع شيء له سوى ما فيها من حفظ صحة الإيمان وسعادة الدنيا والآخرة. وكذلك قيام الليل من أنفع أسباب حفظ الصحة ومن أمنع الأمور لكثير من الأمراض المزمنة، ومن أنشط شيء للبدن والروح والقلب، كما في الصحيحين عن النبي ﷺ أنه قال: «**يعقد الشيطان على قافية رأس أحدكم إذا هو نام ثلاث عقد يضرب على كل عقدة، عليك ليل طويل فارقد، فإن هو استيقظ فذكر الله انحلت عقدة، فإن توضأ، انحلت عقدة ثانية، فإن صلى انحلت عقده كلها، فأصبح نشيطًا طيب النفس، وإلا أصبح خبيث النفس كسلان**»[٢].

الصلاة شافية لأدواء القلوب والأبدان:

إن الصلاة تتيح للمرء أن يسأل بارئه كل ما يريد حتى ينفس عن مشاعره ولذلك نجد أن الصلاة لها شأن عظيم في تفريح القلب وتقويته، وشرحه وابتهاجه ففيها اتصال القلب والروح بالله، وقربه والتنعم بذكره، والابتهاج بمناجاته والوقوف بين يديه واستعمال جميع البدن وقواه وآلاته في عبوديته، واشتغاله عن التعلق بالخلق، وانجذاب كل جوارحه إلى ربه وفاطره.

فالصلاة بهذا تكون من أكبر العون على تحصيل مصالح الدنيا والآخرة، ودفع مفاسد الدنيا والآخرة، ودافعة لأدواء القلوب ومطردة للداء عن الجسد ومنورة للقلب ومبيضة للوجه، ومنشطة للجوارح والنفس، وجالبة للرزق، ودافعة للظلم وناصرة للمظلوم، وقامعة الأخلاط الشهوات، وحافظة للنعمة، ودافعة للنقمة، ومنزلة للرحمة، وكاشفة للغمة، ونافعة من كثير من أوجاع البطن.

---

(١) زاد المعاد، جـ٤، ص٢٤٧، ٢٤٨.

(٢) أخرجه البخاري ومسلم.

الصلاة عون على مصائب الحياة :

قال الله تعـالى: ﴿**واستعينـوا بالصـبر والصـلاة، وإنها لكبـيرة إلا على الخاشعين**﴾(١) وكان رسول الله ﷺ: «**إذا حزبه أمر فزع إلى الصلاة**»(٢).

فالصلاة أكبر عون على دفع مصائب الدنيا وشرورها، ولاسيما إذا أعطيت حقها من التكميل ظاهرًا وباطنًا، فلا استدفعت شرور الدنيا والآخرة ولا استجلبت مصالحهما بمثل الصلاة، وسر ذلك أن الصلاة صلة بالله ـ عز وجل ـ وعلى قدر صلة العبـد بربـه تفتـح عليه من الخيرات أبوابها، والعافية والصحة والغنيمة والغنى، والراحة والنعيم، والأفراح والمسرات، كلها محضرة لديه ومسارعة إليه.

الصلاة رياضة للجسم، وعلاج للبدن :

إذا حافظ المسلم على أداء الصلاة في أوقاتها، وصلى من السنن ما استطاع قدر طاقتـه، فإنـه سيتجنب الكثير من الأمراض، ويكتسب قوة وعافية، ففي أعقابها صحـة للمصلي، ذلك لأن حركات الصلاة تشد عصب المصلي وعضلاته في غير إرهـاق، كما أن الركوع يفيد في تقوية عضلات جدار البطن، ثم إنه يساعد على تقلصها، ومن ثم على قيامها بوظيفتها الهضمية، كذلك الأمعاء يسهل لها أن تدفع الفضلات الهضمية بصورة طبيعية، وأما السجود فإنه يدفع الهواء من جوف المعدة إلى الفم فيريحها من وطأه التمدد، وما ينتج عنه من مضايقات هضمية وانعكاسات قلبية ـ هكـذا رأى أهـل الاختصاص الطبي ـ وغير ذلك كثير. فالصلاة تحمي الإنسان من الأمراض العضوية التالية:

- الانزلاق الغضروفي.
- تقوس العمود الفقري.
- تيبس المفاصل.
- الخمول.

---

(١) البقرة: ٤٥.

(٢) أخرجه أحمد وأبوداود.

- الترهل.
- استرخاء العضلات.
- الضعف والعجز.

الآثار الصحية المترتبة على عدم أداء الصلاة:

وعدم أداء الصلاة، والسكون إلى الراحة والدعة، يؤدي إلى السمنة، وهي أخطر أمراض العصر على الإطلاق، فهي تؤدي إلى:

- أمراض القلب والشرايين.
- خلل وظائف أعضاء البدن.
- فشل لبعض الأعضاء كالقلب والكليتين.
- وربما تؤدي إلى الذبحات الصدرية والنوبات القلبية.
- تورم في الساق والقدمين.

الاستعانة بالصلاة عند الجفاف وانقطاع المطر:

ونعني ـ صلاة الاستسقاء ـ فعن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ قال: خرج نبي الله ﷺ، يستسقي وصلى بنا ركعتين بلا أذان ولا إقامة، ثم خطبنا ودعى الله ـ عز وجل ـ وحول وجهه جهة القبلة رافعًا يديه ثم قلب رداءه فجعل الأيمن على الأيسر، والأيسر على الأيمن(١).

وروي أنه ﷺ، إذا استسقى قال: «**اللهم اسقنا غيثًا مغيثًا مريئًا، مريعًا غدقًا(٢) مجللاً عامًا طبقًا(٣) دائمًا، اللهم اسقنا الغيث ولا تجعلنا من القانطين، اللهم بالعباد والبلاد والبهائم والخلق، من اللأواء، والجهد والضنك، ما لا نشكوه إلا إليك، اللهم أنبت لنا الزرع وأدر لنا الضرع وأسقنا من بركات السماء وأنبت لنا من بركات الأرض، اللهم أرفع عنا الجهد والجوع والعرى، واكشف عنا البلاء ما**

(١) رواه أحمد وابن ماجه والبيهقي.
(٢) غدقًا: كثير العطاء. ومريعًا: مخصبًا.
(٣) الطبق: العام.

لا يكشفه غيرك، اللهم إنا نستغفرك إنك كنت غفارًا، فأرسل السماء علينا مدرارًا، اللهم اسق عبادك وبهائمك وانشر رحمتك وأحيي بلدك الميت»[١].

صلاة الحاجة:

إذا أراد المؤمن حاجة سأل ربه في صلاة، فعن أبي الدرداء - رضي الله عنه - أن النبي ﷺ، قال: «**من توضأ فأسبغ الوضوء، ثم صلى ركعتين يتمهما أعطاه الله ما سأل معجلًا أو مؤخرًا**»[٢].

صلاة الضائع الآبق:

يسن لمن ضاع له شيء أو أبق[٣] وأراد العثور عليه أن يتوضأ ويصلي ركعتين ويدعو بما ورد في ذلك. . فعن ابن عمر - رضي الله عنهما - أن النبي ﷺ، قال: «**من ضاع له شيء أو أبق يتوضأ ويصلي ركعتين ويتشهد ويقول: بسم الله هادي الضلال، وراد الضالة، أردد عليّ ضالتي بعزتك وسلطانك فإنها من عطائك وفضلك**»[٤].

صلاة التوبة:

عن أبي بكر الصديق - رضي الله تعالى - عنه أنه قال: سمعت النبي ﷺ، يقول: «**ما من رجل يذنب ذنبًا ثم يقوم فيتطهر ثم يصلي ركعتين ثم يستغفر الله إلا غفر له الله**»[٥]. ثم قرأ: ﴿**والذين إذا فعلوا فاحشة أو ظلموا أنفسهم ذكروا الله. . . . الآية**﴾[٦].

كان ﷺ، يصلي صلاة الليل، كما كان يصلي صلاة الخوف وقت الحرب ومن

---

(١) رواه ابن ماجه وأبوداود وبعض اللفظ له.

(٢) أخرجه أحمد بسند صحيح.

(٣) أبق: أي هرب له عبد.

(٤) أخرجه ابن أبي شيبة والحاكم.

(٥) رواه الترمذي وأبوداود والنسائي وابن ماجه وابن حبان.

(٦) آل عمران: ١٣٥.

سنته أنه كان يصلي صلاة الاستخارة كلما هم بأمر من الأمور، وكان يصلي صلاة الكسوف ودعاؤها مأثور عنه. وكان يقي نفسه من الهموم والأحزان بالصلاة وإذا هم بسفر يذهب إلى المسجد ليصلي ركعتين، وإذا بلغ المكان الذي يريد صلى ركعتين أيضًا، وكان يلجأ صلوات الله وسلامه عليه إلى الصلاة في أوقات الضيق فلا يلبث أن يجد الفرج بإذن الله تعالى.

القنوت عند النوازل والمحن:

إذا نزلت بالشخص أو الأمة نازلة، كهجوم الأعداء، أو ظهور الوباء، وما أشبه ذلك من المصائب الطارئة، فإنه يشرع القنوت للمسلمين أفرادًا أو جماعات في الأوقات الخمسة كلها حتى تزول النازلة فيتركونه، ويكون القنوت في الركعة الأخيرة من الفريضة فقط، يرفع المصلي يديه بعد قيامه من الركوع الأخير، ثم يدعو لنفسه ولأمته، أو يدعو على أعداء أمته وبلاده بما شاء من الأدعية.

وبالجملة:

فإن الصـلاة ترسخ الإيمان بالله فيسمو الإنسان في تفكيره وفي نظرته للعالم المادي فيصبح إيمانه قوة فعالة في حياته فيرتدع عن كل المحرمات.

والصلاة تغرس خلق الشجاعة والجود، فإن أصاب الإنسان الشر لم يجزع ولم يهلع ﴿**إن الإنسان خلق هلوعا، إذا مسه الشر جزوعا، وإذا مسه الخير منوعا، إلا المصلين**﴾[1].

والصـلاة تساعد على تنمية ملكة حصر الذهن في الإنسان المصلي، الذي يستطيع ويحاول بكل قدرته أن يحصر فكره طيلة الوقت الذي تستغرقه الصلاة وهو ما يسمى بالخشوع، لا شك بأنه تنمو فيه ملكة حصر الذهن وتصبح له أكبر معين في سائر الأعمال التي يزاولها.

والصلاة تسبغ على من يؤديها في أوقاتها شخصية أقوى وأفضل ممن وجبت

---

(١) المعارج: ١٩ - ٢٢.

عليهم ولا يؤدونها، ولذا فرض الله صلاة الجمعة مرة كل أسبوع في المسجد، ووصفها بأنها خير للنفس الإنسانية وتقوية للجماعة.

إن الصلاة للمسلم زادًا وسلاحًا، ومددًا سماويًا وسياجًا أمينًا.

إن الصلاة شفاء تداوي من الخمول والعجز والكسل والبلادة والوهن.

إن في الصلاة شفاء من القلق والخوف والتوتر والفزع.

هذه.. هي الصلاة في الإسلام، فهل ترى أخي المسلم أن من صلى هذه الصلاة يبقى فيه شيء من دنس الطباع أو ظلمات النفس؟!

سادسا
الصوم

سادسا : الصــوم :

إن الصيام دأب الصالحين، وركن من أركان الدين كتبه الله على عباده المؤمنين كما كتبه على عباده السابقين، قال تعالى: ﴿**يأأيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون**﴾[١].

وقد قيل أن الصوم عموم، وخصوص، وخصوص الخصوص، فصوم العموم هو كف البطن والفرج وسائر الجوارح عن قصد الشهوة، وصوم الخصوص هو كف السمع والبصر واللسان واليد والرجل وسائر الجوارح عن الآثام، وصوم خصوص الخصوص هو صوم القلب عن الهمم الدنية وكفه عما سوى الله بالكلية[٢].

والصوم جنة، أي وقاية، والمراد أن يعتقد الصائم أنه صام ليتقي شر نفسه وحيوانيته، فيتجنب الأعمال الطالحة، والميول المرذولة، وينأى بها بعيدًا عن الشهوات والأهواء، أما مجرد الإمساك عن الطعام والشراب مع عدم مراقبة الله تعالى فليس هو الصيام الذي فرضه الله تعالى.

قال رسول الله ﷺ: «**قال الله تعالى: كل عمل ابن آدم له إلا الصيام فإنه لي وأنا أجزي به، والصيام جنة، وإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب فإن سابه أحد أو قاتله فليقل: إني امرؤ صائم، والذي نفس محمد بيده لخلوف فم الصائم أطيب عند الله من ريح المسك.. للصائم فرحتان يفرحهما: إذا أفطر فرح وإذا لقي ربه فرح بصومه**»[٣].

وللصيام فوائد روحية واجتماعية وصحية:

فمن الفوائد الروحية أنه يعود الصبر ويقوي عليه، ويعلم ضبط النفس ويساعد عليه، ويوجد في النفس ملكة التقوى ويربيها، وبخاصة التقوى التي هي العلة البارزة في قوله تعالى: ﴿**لعلكم تتقون**﴾.

---

(١) البقرة: ١٨٣.

(٢) كتاب مختصر منهاج القاصدين لابن قدامة.

(٣) رواه البخاري ومسلم.

ومن الفـوائد الاجتماعية للصوم أنه يعود الأمة النظام والاتحاد وحب العدل والمساواة، ويكون في المؤمنين عاطفة الرحمة وخلق الإحسان، كما يصون المجتمع من الشرور والمفاسد.

أما الفوائد الصحية للصيام فهي كثيرة منها أنه وسيلة إلى الاعتدال في الطعام والشراب محافظة على صحة الإنسان وتطبيقًا لأمر الله تعالى: ﴿**كلوا واشربوا ولا تسرفوا**﴾[١].

كما أنه يطهر الأمعاء ويصلح المعدة، وينظف البدن من الفضلات والرواسب ويخفف من وطأة السمنة وثقل البطن بالشحم مما قد يؤدي إلى أمراض خطيرة مثل ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين وإرهاق الجهاز الهضمي وإجهاد القلب وعسر الهضم وكلها أمراض مميتة. ولذلك قال رسول الله ﷺ: «**صوموا تصحوا**»[٢]. . . فالصيام يعطي المسلم مناعة ضد هذه الأمراض جميعًا، فالمعدة الخالية من الطعام تمكن صاحبها من ممارسة نشاطه البدني والفكري، وتقيه شر آلام السمنة والتخمة، وما يصاحبها من بلادة وكسل وخمول، ورغبة في النوم.

لذلك نجد أن الإسلام يرغب في الصيام، فإضافة إلى صوم شهر رمضان كفريضة أوجبها وكتبها على المسلمين، فإن الرسول ﷺ، رغب في صيام أيام أخرى من السنة فكانت واقية طول العام من الأمراض، إضافة إلى أنها مكفرة للذنوب.

مثل صوم يوم عرفة لغير الحاج، ويوم عاشوراء وتاسوعاء، وستة أيام من شهر شوال، والعشر الأول من شهر ذي الحجة، والأيام البيض من كل شهر وهي: الثالث عشر والرابع عشر والخامس عشر من كل شهر، ويومي الاثنين والخميس من كل أسبوع، كما يستحب صيام النصف الأول من شهر شعبان، والصيام من شهر المحرم كأفضل ما يكون الصيام بعد صوم الفريضة.

كما أن الصيام حماية وحصن حصين لمن لا يقدر على الزواج ولا يملك القدرة

(١) الأعراف: ٣١.

(٢) رواه ابن السني وأبونعيم وحسنه السيوطي. ضعيف الجامع ٣٥٠٤ ـ الضعيفة ٢٥٣.

على شهوته، فقد رغبه الرسول ﷺ، ودعاه إلى الصوم فإنه له وجاء، قال ﷺ: «من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء»[١].

---

(١) رواه البخاري.

الأمراض التي يعالجها الصوم(١)

١ ـ الروماتيزم :

إن الآلام الرئوية تزول بعد صيام أسبوع واحد فقط، ويمكن لهجمات الروماتيزم أن تختفي بعد صوم ثلاثة أسابيع فقط.

٢ ـ التهاب المفاصل التنكسي :

عند المسنين والمسمى عند العوام بالعصبي، يمكن أن تشفى بعد صيام أسبوعين فقط.

٣ ـ التهاب الوريد المزمن :

الصوم هو العلاج الوحيد لهذا المرض، ويمكن أن يشفى المريض منه بعد ثلاثة أسابيع فقط.

٤ ـ القرحات الدوالية :

قال الدكتور محمود البرشة: كان عندي مريض مصاب بقرحة دوالية قطرها ١٠سم وقد وصفوا له بتر ساقه، لكنه شفي بإذن الله بعد صيام أربعين يومًا، وأشرفت على علاج حالات عديدة كلها شُفيت بالصوم.

٥ ـ علاج حب الشباب :

يزول حب الشباب المعند بعد صيام ثلاثة أسابيع، وكأن صاحبه قد أجريت له عملية تجميل رائعة.

---

(١) هذا نص تقرير الدكتور محمود البرشة، المختص بالصوم الطبي، من كتاب: التداوي بالصوم، ص١٧٤، ١٧٥.

٦ ـ علاج ارتفاع الكوليستيرول :

علاج حالات الكوليستيرول والتري غليسيريد يكفيها صوم أسبوعين حتى تنخفض كل المقادير المرتفعة إلى أقل من رقمها الطبيعي .

٧ ـ علاج الحبسة الدماغية :

وهـو مرض يؤدي إلى عدم القـدرة على الكـلام من منشـأ دماغي ، يشفى أصحاب هذا المرض بعد صيام ثلاثة أسابيع ، وقد أشرفت على علاج ثلاث حالات شفوا تمامًا وعادت لهم القدرة على الكلام .

٨ ـ علاج مرض الداء السكري :

زال المـرض هذا دون استعمال أي معالجة كيماوية لعدة مرضى صاموا عدة مرات خلال خمس سنوات .

٩ ـ داء القلاع المزمن :

من جملة الأمراض التي تشفى بالصوم ، وقد تم شفاء عدة مرضى بعد صوم أسبوع واحد فقط .

١٠ ـ علاج فروة الرأس :

من غريب المشـاهدات التي شاهدتها أثناء إشرافي على الصائمين تجدد نمو الشعر في رؤوسهم وعودة اللون الأسود إلى المبيض منه وهذه كانت تحدث عرضية أثناء الصوم .

١١ ـ علاج التهاب الجيوب المزمن، واللوزات المزمنة :

تتحسن بعد صوم أسبوعين فقط دون الحاجة إلى أي عملية غسيل أو تطهير أخرى .

١٢ ـ علاج الالتهابات النسائية المزمنة :

وهذه الالتهابات مضرّة ، وقد تم علاج كثيرات كان الشفاء حليفهن بعد صوم أسبوعين فقط .

١٣ - علاج الشقيقة المزمنة :

وهي الصداع بمنتصف الرأس، وهي إحدى الأمراض التي تستجيب بسرعة للصوم وما عندت حالة واحدة من عشرات الحالات التي تم معالجتها بالصوم.

١٤ - علاج الآلام الفقرية :

إن الآلام الفقرية المترافقة بانقراض فقري مع مناقير عظمية وآلام عصبية ممتدة للطرفين العلويين تتحسن جيدًا بالصوم الطبي خلال أسبوعين فقط.

١٥ - علاج التهاب القولون المزمن :

تمت تجربة علاج الصوم الطبي على عشرات مصابين بهذا المرض فتحسنت حالاتهم بعد الصوم عدة مرات.

١٦ - شفيت حالات بالصوم من عسر الهضم، وسوء الامتصاص، والنفخة المزمنة حس الطعم الكريه في الفم.

١٧ - علاج الربو :

شفي مريض تمامًا من الربو بعد أن لازمه تسع سنوات، وذلك بالصوم لمدة سبع عشرة يومًا فقط، وبعد صيامه فترة أخرى استرد صحته بشكل كامل، بل إنه كان أكثر نشاط خلال صومه[١] وهناك عشرات المصابين تحسنت حالتهم بعد صوم أسبوعين فقط بنسبة ٧٠٪.

١٨ - علاج الهزال الشديد :

عولج بالصوم مريضًا مصابًا بالهزال الشديد، وبعد أن صام تسع أيام واتبع حمية غذائية خاصة، زاد وزنه ١٣,٥كجم، كما شفي مما كان يشكو منه من فرط حموضة معدية والتهاب معوي وإمساك ودوران دموي سيء مع همود نفسي عانى منها خلال ٧ سنوات خلت قبل تجربة الصوم.[٢]

(١، ٢) كتاب التداوي بالصوم، ص١١٠، ١١١.

١٩ ـ السعال :

أغلب أنواع السعال يمكن إيقافها بواسطة الصوم لمدة لا تتجاوز ثلاثة أيام وإذا ما تم تجنب الأخطاء الغذائية، فإن السعال سيختفي تمامًا ولن يعود.

٢٠ ـ الإسهالات :

إن الإقياء وقلة النـوم والإسهـال والسمنة هي بعض أعراض أمراض سوء التغذية وإن العلاج السليم لا يكون بإعطاء أدوية مسكنة، بل إنما يتم بالصوم.

٢١ ـ العجز الجنسي :(١)

إن الصوم يشفي تمامًا حالات العجز الجنسي، فهناك أشخاص عديدون بقوا فترة طويلة عاجزين جنسيًا، استعادوا قدرتهم الجنسية بعد صوم واحد وثلاثون يومًا، عند بعض الأشخاص، وبعد مدة أقصر من ذلك عند البعض الآخر.

وبالنسبة للإناث : فإن الصوم كان كافيًا لاستعادة الخصب الجنسي عندهن وهناك كثير من النساء كانت توجد لديهن صعوبة في الحمل مع قلة في الإخصاب استطعن ـ عن طريق الصوم ـ إنجاب أطفال سليمين، كما تحسن وضعهن العام تحسنًا كبيرًا.

٢٢ ـ علاج التنفس :

يعتبر التنفس من أهم الوظائف العضوية التي تتحسن بالصوم، وإن تأثيرات الصوم المفيدة لوظيفة التنفس يمكن مشاهدتها بسهولة عند المرضى المصابين بالربو والذين تتحسن حالتهم كثيرًا أثناء الصوم. كما أن اطراح ثاني أكسيد الكربون ينقص أثناء الصوم وإن درجة النقص تتناسب طرديًا مع تقدم فترة الصوم، وهذا النقص في الإطراح هو نتيجة النقص الشامل الذي يطرأ على الاستقلاب العام الحاصل أثناء الصوم.

---

(١) كتاب التداوي بالصوم، ص٥٨.

فوائد أخرى للصوم :

١ ـ إن الغدد الصماء وجهاز التنفس والجملة العصبية وكل أعضاء الجسم ترتاح أثناء الصوم.

٢ ـ إن الصوم طريقة طبيعية للتخلص من الفضلات والسموم المتراكمة في الجسم ولا يمكن لأي شيء آخر أو أية طريقة أخرى أن تشبه الصوم في زيادة طرح هذه الفضلات.

٣ ـ إن الصوم يحذف الزائد من الشحوم في الجسم.

٤ ـ كل تراكم من الآزوت الحر والفضلات يختفي بسرعة أثناء الصوم.

٥ ـ إن الصوم يولد الشهية، وذلك من جراء ما يحدثه من طلب للطعام، كما يزيد في قابلية التمثيل الغذائي للأنسجة، الأمر الذي يعود على الصائم بفوائد كبيرة.

٦ ـ إن الصوم يجدد نشاط أنسجة الجسم ويعيد إليها شبابها.

٧ ـ لوحظ بعد صوم طويل، وبعد أن يكون الجسم قد أعيد بناؤه بفضل الأغذية الملائمة أن هناك شعورًا متزايدًا بالنشاط والراحة.

٨ ـ يعالج الصوم مرض الشراهة بالعبادة وليس بواسطة العقاقير الطبية.

٩ ـ إن الصوم لا ينقص من مقاومة الجسم للأمراض، بل على العكس تمامًا من ذلك فإنه يزيد في هذه المقاومة.

١٠ ـ لما كان الصوم يتيح للجسم التخلص من السموم المتراكمة بداخله، فقد وفر هذا الأمر الفرصة للدماغ للتغذي بدم نقي وصاف وخال من السموم.

١١ ـ إن الراحة التي تحصل أثناء الصوم لجميع الوظائف الحيوية تعطي الدماغ قوة أكبر للتفكير.

١٢ ـ إن الصوم يبعد الشيخوخة، كما أن التجعدات والثنيات تمتص وتختفي والأنسجة الميتة والضعيفة تزول ليحل محلها أنسجة شابة وفتية.

١٣ ـ إن عملية التنحيف وفقدان جزء من الوزن أثناء الصوم تحرر الجسم من المواد العاطلة وغير الفعالة المتواجدة بكميات زائدة عن الحاجة داخل الأنسجة وهذه

العملية لها نتائجها الحسنة والمفيدة.

١٤ ـ إن الصوم أحسن علاج للمصابين بطنين الأذن، كما أن الصمم الشيخي من جملة التي تشفى بالصوم.

١٥ ـ التهاب القصبات المزمن: يشعر صاحبه بالتحسن بعد صوم أسبوعين فقط.

١٦ ـ السعال التحسسي، وعلاجه يزول خلال صوم أسبوعين فقط.

أمور وأشياء لا يحدثها الصوم على الاطلاق[1]

١ ـ إن الصوم لا يؤدي إلى ضمور المعدة.
٢ ـ إن الصوم لا يكون سببًا في أن تهاجم العصارة الهضمية أعضاء الهضم نفسها ولا أن تهضمها.
٣ ـ إن الصوم لا يسبب الشلل في الأمعاء.
٤ ـ إن الصوم لا يكون سببًا في فقر الدم.
٥ ـ إن الصوم لا يسبب الأحماض.
٦ ـ إن الصوم لا يضعف العضلة القلبية ولا يؤدي إلى استرخائها.
٧ ـ إن الصوم لا يسبب الوذمات التي تلاحظ في سوء التغذية.
٨ ـ إن الصوم لا يسبب مرض السل ولا يمهد له الطريق أبدًا.
٩ ـ إن الصوم لا ينقص المقاومة ضد الأمراض.
١٠ ـ إن الصوم لا يتلف الأسنان.
١١ ـ إن الصوم لا يسيء إلى الجملة العصبية.
١٢ ـ إن الصوم لا يضعف الغدد.
١٣ ـ إن الصوم لا يسبب أي شذوذ نفسي.

وبعد،،،

فهذا هو الصوم الذي كتبه الله على المؤمنين، وقاية لهم من أمراض القلب والبدن، وذخرًا لهم في الدار الآخرة يجزي به الله من يشاء من عباده كم نبحث عن طبيب أو كيماوي لأمراضنا وأسقامنا، وبين أيدينا قرآن ربنا فلنتعلم منه كيف نعيش، وكيف نشفى، وكيف تصح أبداننا ونفوسنا وقلوبنا إذا أدينا العبادات التي فرضها الله علينا وأخذنا منها الحكمة والرحمة والشفاء.

(١) من كتاب التداوي بالصوم، ص٨٥، ٨٦.

سابعا
عسل النحل

سابعا : عسل النحل :

خلق الله ـ سبحانه وتعالى ـ الإنسان وأسكنه هذه الأرض ليعمرها، ووهبه سبحانه من النعم ما يحفظ به حياته وصحته، وسخر له كل المخلوقات لخدمته، ومن بين هذه المخلوقات: النحل، ذلك المخلوق الضعيف الذي يفرز أشهى غذاء وأعظم شفاء.. إنه العسل..

وصدق الله إذ قال في محكم التنزيل: **﴿وأوحى ربك إلى النحل أن اتخذي من الجبال بيوتًا ومن الشجر ومما يعرشون، ثم كلي من كل الثمرات فاسلكي سبل ربك ذُللًا، يخرج من بطونها شرابٌ مختلف ألوانه فيه شفاء للناس، إن في ذلك لآية لقوم يتفكرون﴾**(١)

أما رسول الله ﷺ فيأمرنا بالتداوي بالقرآن والعسل حيث يقول: «**عليكم بالشفاءين: العسل والقرآن**»(٢).

وعنه ﷺ، أنه قال: «**من لعق العسل ثلاث غدوات كل شهر لم يصبه عظيم من البلاء**»(٣).

وفي الصحيحين: عن أبي سعيد الخدري أن رجلًا أتى النبي ﷺ فقال: إن أخي يشتكي بطنه: وفي رواية: استطلق بطنه. فقال: «**اسقه عسلًا**» فذهب ثم رجع، فقال: قد سقيته، فلم يغن عنه شيئًا، وفي لفظ: فلم يزده إلا استطلاقًا مرتين أو ثلاثًا، كل ذلك يقول له: «**اسقه عسلًا**» فقال له في الثالثة أو الرابعة: «**صدق الله، وكذب بطن أخيك**»(٤).

ولعلنا هنا نستعرض ما قاله ـ ابن القيم ـ(٥) في تعقيبه على الحديث:

---

(١) النحل: ٦٨، ٦٩.

(٢) أخرجه ابن ماجه والحاكم عن ابن مسعود. الضعيفة ١٥١٤ ـ ضعيف الجامع ٣٧٦٥.

(٣) سنن ابن ماجه مرفوعًا من حديث أبي هريرة. الضعيفة ٧٦٢ ـ ضعيف الجامع ٥٨٣١.

(٤) رواه البخاري ومسلم. (٥) زاد المعاد جـ٤، ص٣٥ (بتلخيص).

إن السبب في التكرار فيه معنى طبي بديع وهو أن الدواء يجب أن يكون له مقدار وكمية بحسب حال الداء إن قصّر عنه لم يزله بالكلية، وإن جاوزه أوهن القوى فأحدث ضررًا، فلما أمره الرسول ﷺ أن يسقيه العسل سقاه مقدارًا لا يفي بمقاومة الداء، ولا يبلغ الغرض، فلما تكررت الشربات بحسب مادة الداء برأ بإذن الله.

وفي قوله ﷺ: «**صدق الله وكذب بطن أخيك**» إشارة إلى تحقيق نفع الدواء، وأن بقاء الداء ليس لقصور الدواء في نفسه ولكن لكذب البطن وكثرة المادة الفاسدة فيه.

وليس طبه ﷺ، كطب الأطباء، فإن طب النبي ﷺ قطعي إلهي صادر عن الوحي، وطب غيره أكثره حدس وظنون وتجارب.

وطب النبوة لا يناسب إلا الأبدان الطيبة، كما أن شفاء القرآن لا يناسب إلا الأرواح الطيبة والقلوب الحية، فإعراض الناس عن طب النبوة كإعراضهم عن الاستشفاء بالقرآن الذي هو الشفاء النافع، وليس ذلك لقصور في الدواء ولكن لخبث الطبيعة وفساد المحل وعدم قبوله.

وقد ثبت أن عبدالله بن عمر - رضي الله عنهما - كان لا يشكوا قرحة أو شيئًا إلا جعل عليه عسلاً حتى الدّمل إذا أخرج عليه طلي عليه عسلاً، وذلك للثقة في قول الحق عز وجل.. وهذا هو اليقين والإيمان الحق[١].

لقد آمن عوف بن مالك بن أبي عوف الأشجعي بالقرآن الكريم، وبكل ما جاء فيه ولما مرض قيل له: ألا نعالجك؟ فقال: ائتوني بماء، فإن الله تعالى يقول: ﴿**ونزلنا من السماء ماء مباركًا**﴾[٢] ائتوني بعسل، فإن الله تعالى يقول: ﴿**فيه شفاء للناس**﴾[٣].. ثم قال ائتوني بزيت، فإن الله تعالى يقول: ﴿**من شجرة مباركة زيتونة**﴾[٤] فجاؤه بكل ذلك، فخلطه ثم شربه، فبرأ.

---

(١) من كتاب: معجزة الشفاء ص٢٩.
(٢) ق: ٩.
(٣) النحل: ٦٩.
(٤) النور: ٣٥.

وقبل أن نستعرض الأمراض التي يعالجها عسل النحل، وتركيب الوصفات المستخدمة لذلك، نذكر بعض السطور من كتاب «زاد المعاد» لابن القيم في شأن عسل النحل: يقول ابن القيم:(١).

«هو غذاء مع الأغذية، ودواء مع الأدوية، وشراب مع الأشربة، وحلو مع الحلو، وطلاء مع الأطلية، ومفرح من المفرحات، فما خلق لنا شيء في معناه أفضل منه ولا مثله قريبًا منه، ولم يكن معول القدماء إلا عليه، وكان النبي ﷺ يشربه بالماء على الـريق ويقول عليه الصلاة والسلام: «**عليكم بالشفاءين العسل والقرآن**»، فجمع بين الطب البشري والإلـهي وبين طب الأبدان وطب الأرواح وبين الدواء الأرضي والدواء السماوي... ثم يقول:

«والعسل فيه منافع كثيرة وعظيمة فإنه جلاء للأوساخ التي في العروق والأمعاء وغيرها محلل للرطوبات أكلاً وطلاء نافع لأصحاب البلغم مغذ وملينّ للطبيعة، ومنق للكبد والصدر ومدرّ للبول موافق للسعال، وإن شرب ممزوجًا بالماء نفع من عضة الكلب، ويحفظ جثة الموتى، ويسمى الحافظ الأمين، وإذا لطخ به البدن أزال ما به من هوام، وإن اكتحل به جلا ظلمة البصر، وإن استاك ـ دلكت به الأسنان ـ بيض الأسنان وصقلها وحفظ صحتها وصحة اللثة، ويفتح أفواه العروق ويدر الطمث وهو مع هذا كله مأمون الغائلة قليل المضار.

(١) زاد المعاد: جـ٤، ص٣٣، ٣٤ (بتلخيص).

الأمراض التي يعالجها عسل النحل

يعالج العسل أمراضًا كثيرة منها:

الحساسية:

يضاف على فنجان من العسل الفزلين ودهن الورد، ويدهن المكان الموجودة به الحساسية صباحًا ومساءً، مع تجنب المثيرات للحساسية كالبيض والمانجو، وليكن مع الدهان أخذ ملعقة عسل يوميًا على الريق.

لبهاء الوجه ونضرته:

يدهن الوجه بالعسل ويكون الجسم في حالة استرخاء لمدة ربع ساعة، ثم يغسل الوجه بماء دافيء، ويجفف ثم يدهن بقليل من زيت الزيتون، وتكرر هذه العملية لمدة أسبوع متواصل، وبعد ذلك سوف يشع الوجه بالنضارة والاحمرار.

لتقوية الشعر:

يمزج مقدار من العسل بنصفه من زيت الزيتون ويسخن قليلاً، ثم يدعك به الشعر (مرة في الشهر) ويغسل بعد وقت قصير.

لالتهاب الحلق والنزلات الشعبية:

١٠٠ جم من العسل تمزج بعصير نصف ليمونة، أو بمقدار من الحليب الساخن أو شراب الخردل، تؤخذ على دفعات، وينفع العسل بالماء الفاتر غرغرة.

للحروق:

دهن الحروق بالعسل يسكن الألم، ويمنع ظهور نفطات، ويعجل بالشفاء، أو يخلط العسل مع قدره من الفزلين ويدهن به الحرق صباحًا ومساءً حتى يقشر الجلد ولسوف تجد بقدرة الله أن الجلد وكأنه لم يصب بالحرق من قبل. أو نضرب بيضة في ملعقة عسل ويدهن مكان الحرق يوميًا فإنه مفيد كذلك.

للجروح :

يدهن الجرح بعسل النحل مع تضميده وتجنب البلل ، ولا تنتزع الضمادة إلا كل ثلاثة أيام ، وسوف يندمل الجرح ويشفى بلا تقيحات .

علاج الأرق :

يحلّى كوب من الحليب الدافيء بملعقة عسل نحل ويشرب قبل النوم بساعة ، بعدها ستنام نومًا هادئًا حتى أذان الفجر إن شاء الله .

للأمراض النفسية والجنون :

لو داوم على أكل العسل وسلَّم ظهره للدغ النحلات ودهن اللدغة بالعسل بعد ذلك واستمر على هذه الطريقة ولو كل شهر مرة مع استمرارية أكل العسل ومضغ شمعه ودهن مؤخرة الرأس بغذاء الملكات قليلاً ، فلن ينقضي عام بإذن الله إلا ويشفى .

للإمساك :

يؤخذ له كوب من الحليب البارد المذاب فيه ملعقة من العسل صباحًا ومساءً فإنه يلين المعدة ويطهرها تطهيراً تامًا .

لإراحة المعدة :

تناول ملعقة من العسل صباحًا كل يوم تريح المعدة والأمعاء وتنشط وتدفيء وتهدىء .

علاج قرحة المعدة والأثنى عشر وزيادة الحموضة :

يلغي تناول العسل تأثير الحموضة الزائدة في المعدة، وفي حالة الإصابة بقرح المعدة والأثنى عشر يجب أن يؤخذ العسل قبل الأكل بساعة ونصف أو ساعتين أو ثلاثة بعد الأكل ، وأفضل الأوقات هو قبل الإفطار أو الغذاء بساعة ونصف وبعد العشاء بساعتين أو ثلاث . . وأحسن النتائج تحدث بعد تناول العسل في كوب ماء دافيء .

علاج الزكام، والجيوب الأنفية :

يستعمل العسل هنا بالاستنشاق، فيحضر منه محلول مكون من ١٠٪ من العسل في الماء الدافيء وبواسطة رشاش خاص يستنشق منه المحلول دافئًا برشه بهذا الجهاز بالحلق أو في الأنف حسب المرض، ويتم ذلك على فترات بين كل فترة وأخرى ٥ دقائق، وهي مفيدة في حالات جفاف الحلق والشعور بالرغبة في التنخم وكذلك في حالات الزكام الشديد على أن يستمر هذا الرش عشر مرات على الأقل.

وحتى يكون الشفاء سريعًا يفضل مضغ قطعة من الشمع الطبيعي لأقراص العسل فهو ضروري للمحافظة على صحة وسلامة الجدار الداخلي للجهاز التنفسي، كما يفيد هذا العلاج في حالات الرشح والالتهابات الحادة في الأنف والجيوب الأنفية وفي حالات الرشح الناتج عن فرط الحساسية.

الام اللثة وتقوية الأسنان :

يخلط العسل بالخل ويتمضمض به صباحًا ومساءً، وكذلك تدلك اللثة بالعسل ويستعمل السواك كفرشاة للأسنان والعسل كالمعجون فإنه يحفظ الأسنان من التسوس ويقوي اللثة والأسنان معًا.

للدوالي :

لجميع الدوالي وقرحتها يستعمل العسل كدهان ثلاث مرات يوميًا مع المساج برفق مع شرب ملعقة بعد كل أكل ويستمر على ذلك حتى تزول الدوالي تمامًا.

لقتل القمل وبيضه :

يدهن رأس المصاب بالعسل مع التدليك ليتخلل أصول الشعر ومن الأفضل أن يتم ذلك قبل النوم مع تغطية الرأس، وفي الصباح تغسل بماء دافيء مع التمشيط وتكرر هذه العملية لمدة أسبوع متواصل فينتهي القمل وبيضه من الرأس تمامًا.

للسعال :

يمزج فنجان عسل بشدة مع ملعقة صغيرة زنجبيل وعصير ليمونة واحدة لمدة ربع ساعة لعلاج السعال (الكحة) كذلك يفيد تناول العسل بمفرده قبل الإفطار على الريق لعلاج الكحة الخفيفة.

لالتهابات القنوات المرارية في الكبد :

يؤخذ فنجان واحد من العسل يوميًا، كما يضاف العسل إلى حمض الستريك وزيت الزيتون لعلاج هذه الالتهابات، وبعد تناول هذا الدواء يفضل النوم على الجهة اليمنى لمدة ٢٥ ـ ٣٥ دقيقة.

ويستخدم العسل كغذاء بعد العمليات الجراحية في الكبد حيث يؤدي إلى تحسين كفاءة الكبد.

علاج تليف الكبد :

ينصح الأطباء بتناول عشرة ملاعق كبيرة من العسل يوميًا، حيث وجد أن العسل يزيد من قدرة الخلايا الباقية في الكبد والتي لم يصبها التليف وبذلك يستطيع الكبـد مواصلة نشاطه ووظائفه. على أن يستمر المريض في تناول العسل لفترات طويلة حتى لا تعود العلة ثانية.

لتنظيم ضغط الدم، ونسبة الكوليسترول في الدم :

أكدت الأبحاث أن غذاء النحل الملكي قادر على تنظيم ضغط الدم لدى مرضى الضغط فالذين يعانون من ضغط مرتفع أو منخفض أمكن علاجهم بكثرة تناولهم للغذاء الملكي كما أن الغذاء الملكي فاتح للشهية ويعمل على تنظيم نسبة الكـوليسـترول في الدم مما يجعله علاجًا نافعًا لمرضى تصلب الشرايين الناتجة عن ترسب الكوليسترول على جدران الشرايين والأوعية الدموية.

لعلاج التبول في الفراش :

يعطى الطفل ملعقة صغيرة من العسل قبل النوم مباشرة، وهذه تسكن الجهاز العصبي عنـد الطفل، كما تعمل على امتصاص الرطوبة وبالتالي يمتص الماء من جسم الطفل ويحتفظ به طيلة مدة النوم وبهذه الطريقة يريح الكلى أيضًا.

للمغص الليلي :

يسكّن الألم أخذ ملعقتين صغيرتين من العسل مع كل وجبة، ويستمر ذلك حتى معالجة السبب.

لتخفيف الوزن عند البدناء :

يؤخذ ملعقة من العسل صباحًا ، بعدها كوب شاي ، فيكون ذلك أحسن دواء لتخفيف الوزن .

لعلاج الهزال (النحافة):

تؤخذ ملعقتان صغيرتان من العسل في المساء ، وملعقتان في الصباح ، وملعقتان في الساعة العاشرة ، وملعقتان مع الغذاء .

لعلاج بثور الفم واللسان :

يؤخذ مزيج من العسل والليمون في ملعقة صغيرة تحفظ في الفم أطول فترة ممكنة .

لتسنن الأطفال وتكلمهم :

يمزج قليل من العسل بعصير الليمون الحامض ، وتدلك به لثة الأطفال لتسهيل خروج الأسنان ، ويفيد الدلك به اللثة عند الصغار والكبار . كما أن دلك ما تحت لسان الصبي الذي تأخر كلامه بالعسل مع الملح يجعله يتكلم .

لمرض السكر :

تناول ثلاث ملاعق من العسل يوميًا على ثلاث مرات يكافح مرض السكر.

للآفات القلبية :

تناول سبعين جرامًا من العسل يوميًا لمدة شهر إلى شهرين يفيد المصابين بآفات قلبية شديدة ، ويعيد تركيب الدم إلى طبيعته ، ويزيد نسبة الهيموجلوبين المقوية في الدم .

لآفات الجهاز العصبي :

تناول ٣٠جم من العسل صباحًا ، و٣٠جم نهارًا ، ٤٠جم مساء يفيد كثيرًا في معالجة آفات الجهاز العصبي .

لعلاج الروماتيزم وأوجاع المفاصل والعضلات :

يدهن مكان المرض بالعسل ، وتوضع قطعة قماش من الصوف مدة ساعتين ، وتجدد عند الحاجة ، وتؤخذ ملعقتان كبيرتان من العسل على الريق كل صباح .

لعلاج التعب العضلي :

تؤخذ ملعقتان كبيرتان من العسل قبل القيام بأي جهد عضلي، كما ينصح بتناول الفاكهة واللبن الرائب.

لالتهاب العيون... والحلق :

يغلى لتر من الماء بضع دقائق ويضاف إليه ملعقة كبيرة من العسل، يستعمل غرغرة للحلق عدة مرات في النهار، وكمادات للعيون.

لالتهاب البشرة وحب الشباب :

يمزج مقدار من العسل بمثله من عصير الجزر ويدلك الوجه بالمزيج كل يوم وأكل هذا المزيج يفيد أيضًا.

لالتهاب العين :

يمزج مقدار من العسل في ماء الورد وتقطر به العين الملتهبة.

للتقوية وتطهير الدم :

يغلى ورق الجوز ويحلّى بالعسل فيحصل شراب مطهر للدم ومقو يشرب في كل يوم كوب منه.

لعلاج قروح الفراش :

تنتج هذه القروح من الرقاد فترة طويلة على الفراش مع عدم تحريك الجلد وقد استعمل العسل كعلاج لهذه القروح التي تحدث في مناطق أعلى الفخذ وأسفل الظهر، ووجد أنها تلتئم بسرعة بدهانها بالعسل.

لالتئام الجروح بعد العمليات الجراحية :

استخدم طبق العسل بعد عملية استئصال ثدي بسبب سرطان، ووجد أن الجرح تحسن سريعًا بعد تطبيق العلاج بالعسل أسرع مما كان عليه قبل تطبيقه.

كما استعمل العسل بنجاح فائق في جروح العمليات القيصرية، حيث تم استعمال العسل على الجرح في صورة لبخة مرتين في اليوم لمدة أربعة أيام فحدث شفاء والتأم الجرح على أحسن صورة.

تم أيضًا استخدام العسل في جروح عمليات البطن بعد استئصال الرحم وكانت النتائج رائعة.

لعلاج حالات الغثيان عند الحوامل:

تتناول الحامل ثلاث ملاعق من العسل عند استيقاظها صباحًا، وقد يستخدم العسل عن طريق الاستنشاق، أو تأكل الخبز الناشف (التوست) المغطى بطبقة من العسل عند الاستيقاظ. كل هذه الطرق تمنع الغثيان والقيء عند الحامل.

لعلاج آلام فم المعدة والإمساك عند الحوامل:

تناول عسل النحل مرتين أو ثلاث مرات في اليوم يساعد على تحسين حالة الجهاز الهضمي وزيادة حركة الأمعاء وتجنب الإمساك عند الحامل، كذلك فإنه يمنع حدوث الشعور بالحرقان والآلام التي تحدث في منطقة فم المعدة أثناء فترة الحمل.

لمنع تسمم الحمل:

تسمم الحمل يحدث تغيرات خطيرة في جسم الحامل منها: ارتفاع في ضغط الدم، وتورم الجسم، وظهور زلال في البول، وحدوث زغللة في العين وصداع شديد مع وجود استمرار في القيء. وتناول العسل مرتين أو ثلاث مرات يوميًا يقلل نسبة الإصابة بهذا المرض إلى حد كبير.

للمساعدة على عملية الولادة:

يعطى العسل بالوريد في محلول بتركيز ٨٠٪ للسيدات الحوامل، فساعد ذلك على زيادة قوة انقباضات الرِّحم التي تساعد على الولادة. وإذا وضع شمع النحل المعقم بطريقة خاصة ومعقمة في المهبل وفي الوقت المناسب، فإن ذلك يساعد على عملية تحضير عنق الرحم لعملية الولادة إذ يصبح أكثر ليونة وأقل سمكًا وأكثر اتساعًا.

لمقاومة حمى النّفاس:

تناول خُمسْ كيلو عسل يوميًا أثناء فترة النفاس، يزيد من مقاومة الجسم ضد حمى النفاس، نظرًا لما يحتويه العسل من قيمة غذائية عالية ومن مواد كثيرة قاتلة للبكتيريا.

ويساعد على إدرار الثدي عند المرضعة :

تناول السيدة المرضعة ست ملاعق من العسل يوميًا، يزيد من إدرار الثدي للبن كما أنه يزيد من محتوياته من العناصر الغذائية والفيتامينات.

علاج لتقلصات العضلات :

تنـاول ملعقتين صغيرتين من العسل مع كل وجبة من وجبات الطعام لمدة أسبوع واحد يخفي تمامًا التقلصات في عضلات زاوية الفم، أو عضلات الجفون، أو عضلات الساق والقدم.

علاج الكالو :

يوضع غذاء النحل بعد تسخينه على الكالو ويربط بإحكام ويترك لمدة ثلاثة أيام حتى يسقط الكالو بجذوره.

للثعلبة :

يحلق مكانها وينظف جيدًا حتى تدمى ثم تدهن بسم النحل، ويلصق عليها ضمادًا ويتم التغيير عليها يوميًا في نفس الميعاد ولمدة أسبوع فقط.

الاستسقاء :

يشرب مغلى «اللبان الذكر» المحلى بعسل النحل صباحًا ومساء ويمكن كيّه بسيطة أعلى وأسفل الصرّة بقدر أنملة فإنه مجرب لتصفية الاستسقاء تمامًا، والاعتماد على الشوفان والعسل وخبز القمح لمدة ثلاثة أيام فقط.

للبرص والبهاق :

يخلط العسل بالنشادر، ويدهن به يوميًا وباستمرار يشفى من البهاق والبرص تمامًا.

علاج البروستاتا :

يؤخذ يوميًا غذاء الملكات من الخلية مباشرة قدر خمسين مللي جرام مع حمام للمكان بماء دافيء مذاب فيه عسل وذلك مساء لمدة شهر.

لعلاج رائحة الفم :

تؤخذ ملعقتان كبيرتان من العسل ويتم إذابتهما في الماء، ويغلى هذا الخليط على نار هادئة حتى يتكون البخار ثم يستنشق عن طريق الفم بواسطة قمع مقلوب فوق الإناء. وتكرر هذه الجلسة مع استمرارية مضغ شمع العسل ولن تطول المدة حتى تجد مع الأيام زوال رائحة الفم.

بحة الصوت :

تجرى نفس العملية السابقة مع الاستنشاق عن طريق الفم مع الغرغرة بماء مذاب فيه عسل وقليل من الملح وخلال ثلاثة أيام على الأكثر تضيع بحة الصوت.

لأمراض الأذن وآلامها :

يمزج العسل بالماء مع قليل من الملح ويقطر به في الأذن قبل النوم يوميًا.

للأورام الخبيثة :

يستعمل غراء النحل لذلك، وذلك بتضميد الورم بالغراء مع التنظيف المستمر والتغيير يوميًا عليه مع أخذ ملعقة عسل صباحًا ومساءً قبل الطعام.

لعلاج السل الرئوي :

يمزج شراب الورد بقدر من العسل ويشرب فنجان من الخليط الممزوج صباحًا ومساءً ويدهن الصدر بزيت الزيتون المضروب في العسل قبل النوم، ويستمر في ذلك حتى يشفى بإذن الله.

لجميع أمراض العيون :

يكتحل بعسل النحل صباحًا وقبل النوم مع تناول ملعقة صغيرة منه بعد ذلك يوميًا.

لعلاج التهابات عضلة القلب والرعشة :

يشرب على الريق يوميًا كوب من الماء البارد المحلى بالعسل (قدر ملعقتين) ويستمر على ذلك لمدة أسبوع حتى تنتهي الرعشة تمامًا.

وبعد،،،

فهذا قطر من بحر، وجزء من كل ـ وما قصدنا الإحصاء ـ وهكذا وبعد أن عرفنا بعضًا من قيمة العسل وفوائده في علاج بعض الأمراض، نتوقف قليلاً في خشوع ونحن نطالع قوله ـ سبحانه وتعالى ـ: ﴿**يخرج من بطونها شرابٌ مختلفٌ ألوانه، فيه شفاء للناس**﴾.

ثامنا
الحبة السوداء

ثامنا : الحبة السوداء :

أخبرنا خير البرية، وطبيب البشرية، محمد ﷺ، الذي لا ينطق عن الهوى، بأن الحبة السوداء شفاء من كل داء.

ففي الصحيحين: من حديث أبي سلمة عن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ أن رسول الله ﷺ، قال: «**عليكم بهذه الحبة السوداء، فإن فيها شفاء من كل داء إلا السام**»(١).

وعن خالد بن سعد قال: خرجنا ومعنا غالب بن أبجر، فمرض في الطريق فقدمنا المدينة وهو مريض، فعاده ابن أبي عتيق فقال لنا: عليكم بهذه الحبيبة السوداء، فخذوا منها خمسًا أو سبعًا فاسحقوها ثم اقطروها في أنفه بقطرات زيت في هذا الجانب وفي هذا الجانب، فإن عائشة ـ رضي الله عنها ـ حدثتني أنها سمعت رسول الله ﷺ، يقول: «**إن هذه الحبة السوداء شفاء من كل داء إلا من السام**» قلت: وما السام؟ قال: «**الموت**»(٢).

وعن بريدة ـ رضي الله عنه ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «**الشونيز دواء من كل داء إلا الموت**»(٣).

هذه بعض الأحاديث التي وردت في فضل الحبة السوداء، وفيما يلي نورد بعضًا مما قاله علماء العرب والمسلمين في تطبيقاتهم العملية لفائدة الحبة السوداء.

قال ابن القيم:

وهي كثيرة المنافع جدًا، وقوله: «**شفاء من كل داء**» مثل قوله تعالى: «**تدمر كل شيء بأمر ربها**»(٤) أي كل شيء يقبل التدمير ونظائره، وهي نافعة من جميع الأمراض الباردة، وتدخل في الأمراض الحارة اليابسة بالعرض فتوصل قوى الأدوية

---

(١) متفق عليه.

(٢) رواه البخاري وأحمد وابن ماجه.

(٣) أخرجه ابن السني وأبونعيم، والشونيز: هي الحبة السوداء في لغة الفرس.

(٤) الأحقاف: ٢٥.

الباردة الرطبة إليها بسرعة تنفيذها إذا أخذ يسيرها.

والشونيز حار يابس في الثالثة، مذهب للنفخ مخرج لحب القرع نافع من البرص وحمى الربع، والبلغمية مفتح للسدد، ومحلل للرياح، مجفف لبلّة المعدة ورطوبتها، وإن دقّ وعجن بالعسل وشرب بالماء الحار أذاب الحصاة التي تكون في الكليتين والمثانة، ويدر البول والحيض واللبن إذا أديم شربه أيامًا وإن سخن بالخل وطلي على البطن قتل حب القرع، فإن عجن بماء الحنظل الرطب أو المطبوخ كان فعله في إخراج الدود أقوى، ويجلو ويقطع ويحلل، ويشفى من الزكام إذا دق وصيّر في خرقة واشتم دائمًا أذهبه.

ودهنه نافع لداء الحية، ومن الثآليل والخيلان، وإذا شرب منه مثقال بماء، نفع من البهر وضيق النفس، والضماد به ينفع من الصداع البارد، وإذا نقع منه سبع حبات عددًا في لبن المرأة وسعط به صاحب اليرقان نفعه نفعًا بليغًا، وإذا طبخ بخل، وتمضمض به نفع من وجع الأسنان عن برد، وإذا استعط به مسحوقًا نفع من ابتداء الماء العارض في العين، وإن ضمد به مع الخل قلع البثور والجرب المتقرح، وحلل الأورام البلغمية المزمنة، والأورام الصلبة[1].

وقال ابن سينا:

الشونيز حريف مقطع للبلغم، ويحلل الرياح والنفخ، ويقطع البهق والبرص ويجعل مع الخل على البثور اللبنية، ويحلل الأورام البلغمية والجرب المتقرح[2].

وقال ابن البيطار:

وهو يحلل النفخ غاية التحليل، ويقتل الديدان إذا أكل وطلي على البطن من خارج، ويقلع الثآليل المتفلقة والمنكوسة والخيلان، وإذا ضمدت به الجبهة وافق الصداع، وإذا تضمد به مع الخل وافق البثور اللبنية والجرب المتقرح ويحلل الأورام

---

(١) زاد المعاد، جـ٤ ص٢٨٧ ـ ٢٩٩.

(٢) كتابب القانون في الطب ـ لابن سينا ـ باب الشين: مادة: شونيز.

المـزمنة والأورام الصلبة، وإذا أدمن شربه أيامًا كثيرة أدر البول والطمث واللبن، ويسقى بالعسل والماء الحار للحصاة في المثانة والكلى[1].

ويقول داود الأنطاكي :

وهو يقطع شأفة البلغم والقولنج (القولون) والرياح الغليظة وأوجاع الصدر، والسعـال، وقـذف المرة، وضيق النفس، والانتصاب والغثيان، وفساد الأطعمة، والاستسقـاء، والـيرقـان، والـطحال، واستعماله كل صباح بالزبيب يحمر الألوان ويصفيها، ورماده يقطع البواسير شربًا وطلاءً، وإن طبخ مقلوّه بالزيت وقطر في الأذن شفي من الصمم، أو في الأنف شفي الزكام أو مقدم الرأس منع انحدار النزلات[2] .

وقبل أن نستعرض بعض الأمراض والوصفات التي تعالجها الحبة السوداء . نذكـر ما طالعتنا به جريدة المسلمون العدد (٤١٣) بتاريخ الثامن من رجب عام **١٤١٣**هـ حيث ذكر إمام مسجد (بمدينة حفر الباطن) أن الأطباء فشلوا في علاج بنته من الشلل وشفيت بالحبة السوداء خلال شهرين فقط .

يقـول إمام المسجد : إنه قدم بابنته إلى مدينة الرياض لعلاجها من الشلل وعدم القدرة على النطق إثر عملية أجرتها لإزالة ورم في فخذها كان يخشى أن تسبب لها سرطـانـا، ولم تستطع المستشفيات أن تفعل شيئًا، حتى نصحه أحد أصدقائه باستعـمال الحبة السوداء، وبعد شهرين فقط من الاستعمال الدائم تماثلت البنت للشفاء تمامًا والحمد لله .

وإليك أخي المسلم بعض الأمراض التي تعالج بواسطة الحبة السوداء :

البواسير :

تدق الحبـة السوداء، وتخلط مع كمية متساوية من السكر، وتؤخذ في اليوم مرتين، كل مرة مقدار نصف ملعقة ناشفة ثم يأخذ بعدها عدة جرعات من الماء .

---

(١) من كتاب : الجامع لمفردات الأدوية والأغذية، لابن البيطار.

(٢) من كتاب : «تذكرة أولي الألباب والجامع للعجب العجاب» لداود الأنطاكي .

الديدان المعوية :

إذا طبخت الحبة السوداء والشيح واستخدمت طلاء على السرّة وحولها قتلت دود البطن .

تفتيت الحصوة وطردها :

إذا عجنت الحبة السوداء مع عسل النحل ، وأكلت العجينة ، فإنها تفتت الحصوات بالكلى .

الصداع :

تسحق الحبة السوداء ناعمًا وتخلط بزيت الزيتون ثم تعصر في خرقة ويقطر الزيت في أنف المصاب بالصداع فإنه يشفيه . أما إذا دقت الحبة السوداء ولطخت بها الرأس فإنها تفيد للغرض نفسه .

الزكام :

إذا دقت الحبة السوداء ناعمًا ثم نقعت في زيت الزيتون وقطر منها في الأنف ثلاث مرات أو أربعة في اليوم كان ذلك سبيلاً للشفاء من الزكام والسعال المصاحب له .

أوجاع الأسنان :

إذا مزجت الحبة السوداء بالخل وتمضمض بالمزيج فإنها تشفى من وجع الأسنان .

الالتهابات الكلوية :

تطحن الحبة السوداء وتعجن في زيت الزيتون ، وتوضع على الجهة التي بها الألم مع سف ملعقة حبة سوداء يوميًا على الريق لمدة أسبوع فقط .

لارتفاع ضغط الدم :

يدهن جسمك كله بقطرات من دهن الحبة السوداء في حمام شمس ولو مرة كل أسبوع مع تناول مشروب ساخن .

علاج السكر :

يضاف إلى كوب من طحين الحبة السوداء ملعقة كبيرة من المرّة الناعمة ونصف كوب من حب الرشـاد، وكـوب من الـرمان المطحون، وكوب من جذر الكرنب المطحون بعد تجفيفه، وملعقة حلتيت صغيرة، ويخلط كل هذا ويؤخذ على الريق قدر ملعقة وذلك على لبن زبادي .

علاج الروماتيزم :

يسخن زيت الحبة السوداء ويدلك به مكان الروماتيزم تدليكًا قويًا وكأننا ندلك العظام ثم يشرب بعد ذلك مغلي الحبة السوداء محلاة بقليل من العسل قبل النوم .

الكدمات والرضوض :

تغلى حفنة من الحبة السوداء غليًا جيدًا في إناء ماء، ثم يعمل حمام للعضو المصاب، يغطى فيه لمدة ربع ساعة أو أكثر مع تحريك العضو المصاب ذاتيًا بعد ذلك يدهن الحبة السوداء وبدون رباط مع تحري عدم التحميل عليه أو إجهاده وذلك قبل النوم .

لجمال الوجه ونضرته :

تعجن الحبة السوداء الناعمة في زيت الزيتون، ويدهن الوجه بالمعجون مع التعرض قليلاً لأشعة الشمس .

للقوبـاء : (بقع بيضاء تظهر بالوجه) :

تدهن القوباء بدهن الحبة السوداء ثلاث مرات يوميًا حتى تزول بعد أيام قليلة بإذن الله تعالى .

للدوخة وآلام الأذن :

قطرة دهن الحبة السوداء للأذن ينقيها ويصفيها مع استعمالها كشراب مع ذلك ودهن الصدغين ومؤخرة الرأس للقضاء على الدوخة بإذن الله تعالى .

لأمراض الغدد واضطراباتها :

تعجن الحبة السوداء الناعمة في عسل مضافًا إليه قطرات من غذاء ملكات النحل ويؤخذ يوميًا لمدة شهر.

حب الشباب :

تعجن حبة سوداء ناعمة في زيت سمسم مع ملعقة دقيق القمح ، ويدهن بالخليط المعجون هذا الوجه مساء وصباحًا ثم يغسل بماء دافيء وصابون مع تكرار ذلك لمدة أسبوع ، والأفضل أخذ دهن الحبة السوداء على مشروب ساخن .

لجميع الأمراض الجلدية :

يؤخذ دهن الحبة السوداء ودهن الورد وطحين القمح البلدي بمقادير متساوية من نوعي الدهنين وكمية مضاعفة من الدقيق ويعجن فيهما جيدًا وقبل الدهن يمسح الجزء المصاب بقطنة مبللة بخل مخفف ويعرض للشمس ثم يدهن من ذلك يوميًا مع البعد عن مسببات الحساسية كالبيض والسمك والمانجو.

علاج تساقط الشعر :

اغسل فروة كل الرأس بالليمون واتركه لمدة ربع ساعة ، ثم اغسله جيدًا بالماء والصابون ونشفه جيدًا ، ثم ادهنه بعد ذلك بزيت حبة البركة (الحبة السوداء) واستمر على ذلك لمدة أسبوع بعده سوف يوقف تساقط الشعر نهائيًا بإذن الله تعالى .

لطرد الغازات وعلاج الانتفاخ :

يخلط قدر مائة جرام من الحبة السوداء مع ٧٥جم من سكر النبات ويسحق المخلوط ويؤخذ منه قدر نصف ملعقة على هيئة سفوف صباحًا ومساءً ويفضل إضافة ثلاث قطرات من زيت الحبة السوداء على الخليط ، مع شرب كمية الماء التي تسهل بلعها .

للطحال :

توضع لبخة على الجانب الأيسر أسفل الضلوع من معجون الحبة السوداء في زيت الزيتون بعد تسخينها وذلك في المساء ، كما يشرب المريض كوب مغلى الحلبة المحلاة بعسل وتوضع فيه سبع قطرات من دهن الحبة السوداء لمدة أسبوعين متتاليين .

لأمراض الصدر والبرد :

توضـع ملعقة من زيت الحبة السوداء في إناء به ماء يوضع على النار حتى يحدث البخر ويستنشق البخار مع وضع غطاء فوق الرأس ناحية الوعاء للتحكم في عملية الاستنشـاق، ويكـون ذلك قبل النوم يوميًا مع شرب مغلي الزعتر الممزوج بطحين الحبة السوداء صباحًا ومساءً.

للقلب والدورة الدموية :

الإكثار من تناول الحبة السوداء أكلاً وشربًا في أي وقت.

للمغص المعوي :

يغلى الينسون والكمون والنعناع بمقادير متساوية غليًا جيدًا ويحلى المخلوط بعسل، ثم يوضع على هذا الخليط سبع قطرات من زيت الحبة السوداء، ويشرب ذلك وهو ساخن مع دهن مكان المغص بدهن الحبة السوداء.

للبلهارسيا :

ملعقة حبة سوداء صباحًا ومساءً يتناولها مريض البلهارسيا، ويمكن الاستعانة بقطعة خبز أو جبن مع دهن الحبة السوداء للجنب الأيمن قبل النوم لمدة ثلاثة أشهر.

للحموضـة :

قطرات من دهن الحبة السوداء على كوب لبن ساخن محلى بالعسل، تنتهى الحموضة.

الغثيـان :

يغلى القرنفل مع الحبة السوداء جيدًا ويتناوله المريض دون تحلية ثلاث مرات يوميًا يتوقف بعدها الغثيان.

للإسهـال :

يشرب المريض ملعقة من الحبة السوداء الناعمة ممزوجة بعصير الجرجير وذلك ثلاث أكواب في اليوم حتى يتوقف الإسهال.

للأرق :

ملعقة من الحبة السوداء تمزج بكوب من الحليب الساخن المحلى بالعسل وتشرب .

للمرارة وحصوتها :

ملعقة حبة سوداء وربع ملعقة مرة ناعمة وكوب من العسل ويخلط حتى يصير كالمربى ويؤكل الخليط صباحًا ومساءً مع تكرار ذلك يوميًا .

علاج التوتر العصبي :

يوضع خمس نقاط من زيت الحبة السوداء على فنجان قهوة، يعمل هذا على تهدئة الأعصاب المتوترة.

علاج الناسور :

يتحمل بمعجون الحبة السوداء المعجونة في زيت الزيتون مع الصمغ العربي مساء .

علاج حالات الارتخاء الجنسي :

تطحن الحبة السوداء جيدًا بزيت الزيتون واللبان الذكر، وهذه الوصفة تعالج عملية الارتخاء عند الجماع .

علاج التهابات القلب وضيق الأوردة :

تشرب الحبة السوداء باستمرار، فإنها توسع الأوردة وتذيب الدهون .

لفتح الشهية :

قبل تناول الطعام بدقائق تتناول ملعقة من الحبة السوداء المطحونة ويشرب بعدها كوب من الماء البارد مضاف إليه قطرات من الخل .

علاج الخمول والكسل :

تشرب كوب من عصير البرتقال الممزوج بعشر قطرات من زيت الحبة السوداء على الريق يوميًا لمدة عشرة أيام .

للتنشيط الذهني وسرعة الحفظ :

يغلى النعناع ويضاف إليه بعد تحليته بالعسل سبع قطرات من دهن الحبة السوداء ويشرب دافئًا في أي وقت فإنه مفيد لسرعة الحفظ وتنشيط الذاكرة.

للربو :

يستنشق بخار زيت حبة البركة صباحًا ومساءً مع أخذ سفوف قدر ملعقة قبل الإفطار يوميًا من مطحون الحبة السوداء صباحًا ومساءً أيضًا مع دهن الصدر والحنجرة بالزيت قبل النوم يوميًا.

للقرحة :

تمزج عشر قطرات من زيت الحبة السوداء بفنجان من العسل وملعقة «قشر الرمان المجفف المطحون» ويؤكل المزيج يوميًا على الريق يتبعه تناول كوب حليب غير محلى لمدة شهرين دون انقطاع.

للسرطان :

يدهن بدهن الحبة السوداء ثلاث مرات يوميًا، مع أخذ ملعقة بعد كل أكل من طحين الحبة السوداء على كوب من عصير الجزر، ويستمر ذلك بانتظام لمدة ثلاثة شهور.

للبروستاتا :

يدهن بدهن الحبة السوداء أسفل الظهر، ويدهن أسفل الخصيتين بتدليك دائري مع أخذ ملعقة حبة سوداء ناعمة مع ربع ملعقة صغيرة من المرة على نصف كوب عسل محلول في ماء دافيء يوميًا وفي أي وقت.

الحمى الشوكية :

يعطى المحموم الحبة السوداء مع شرب دهنها مع عصير الليمون صباحًا ومساءً.

الاستسقاء :

توضع لبخة من معجون الحبة السوداء في الخل على السرّة مع وضع شاشة أولاً مع تناول ملعقة من الحبة السوداء صباحًا ومساءً لمدة أسبوع.

لعسر التبول :

يدهن بدهن الحبة السوداء فوق العانة قبل النوم مع شرب كوب حبة سوداء مغلي ومحلى بالعسل بعد هذا يوميًا قبل النوم .

لمنع التبول اللاإرادي :

يحتاج لمنع التبول اللاإرادي الحبة السوداء مع قشر البيض المنظف والمحمص والمطحون ويخلط مع الحبة السوداء، ويشرب منه ملعقة صغيرة على كوب من اللبن يوميًا لمدة أسبوع وفي أي وقت.

للالتهابات ما بين الفخذين :

يغسل ما بين الفخذين جيدًا ثم ينشف ويدهن بزيت الحبة السوداء المنطقة الملتهبة مساءً، ويترك حتى الصباح لمدة ثلاثة أيام .

علاج البهاق والبرص :

يدهن مكان البهاق بخل التفاح وبعد ذلك يدهن المكان بزيت الحبة السوداء لمدة خمس عشرة يوماً .

لإزالة الثآليل :

يمسح الثآلول (الكالو) جيدًا بالرجلة ثم يدهن بزيت حبة سوداء لمدة خمس عشرة يوماً مع شرب ثلاث ملاعق صغيرة كل يوم .

للأسنان والام اللوز والحنجرة :

تغلى الحبة السوداء ويستخدم شرابها كمضمضة وغرغرة وتسف ملعقة من الحبة السوداء على الريق يوميًا وتدهن الحنجرة من الخارج بزيت الحبة السوداء .

علاج القولون :

يمزج ملعقة من الحبة السوداء الناعمة مع ملعقة من العرقسوس في عصير كمثرى ببذورها، ويشرب الخليط، ويستمر العلاج حتى يتم الشفاء .

علاج القمل وبيضه :

تطحن كمية مناسبة من الحبة السوداء في خل حتى تصبح كالمرهم، فيدهن به الـرأس بعد حلقها، أو تخليل المرهم حتى يصل إلى منبت الشعر، وبعد ذلك تعرض الرأس لأشعة الشمس لمدة ربع ساعة .

علاج الجـرب :

يضاف كوب من الحبة السوداء إلى كوب وربع من خل التفاح ويعجن الخليط بالخل ويوضع طبقة من هذا المعجون على الجزء المصاب وتترك لمدة أربع ساعات يوميًا ويستمر العلاج لمدة أسبوع .

علاج الام الظهر :

يعجن نصف كيلو من حبة البركة المقلية المطحونة في ١٥٠جم من العسل النقي ويؤخذ من هذا المعجون مرتين يوميًا بعد الإفطار والعشاء بحوالي ساعة، وذلك لمدة عشرة أيام .

علاج الضعف العام :

يخلط كوب من الحبة السوداء إلى مثله من الحلبة وملعقة صغيرة من العنبر في مقدار مناسب من العسل، ويؤكل المخلوط يوميًا كالمربى في أي وقت بخبز قمح بلدي .

وأخيراً : للوقاية من جميع الأمراض. تناول ملعقة كبيرة من زيت حبة البركة مع ملعقة عسل، وداوم على ذلك . . ولك العافية كل العافية بإذن الله .

تاسعا
التمر

تاسعا : التمــر :

إن ضوءًا من عظمة الله يشرق في أفئدتنا حين نتأمل في عظيم مخلوقات الله فسبحان من خلق فسوى، وقدر فهدى. سبحان من أودع في كل شيء سرّه، سبحان المنعم الوهاب، سبحان الله.

ما أشد حاجتنا اليوم ـ نحن المسلمين ـ إلى الرجوع إلى الفطرة السوية قبل فوات الأوان، وقد أصبحت البشرية تتوجع من أقل جهد، وتئن من أدنى عناء.

يقول الله تعالى: ﴿**والأرض مددناها، وألقينا فيها رواسي، وأنبتنا فيها من كل زوج بهيج، تبصرة وذكرى، لكل عبدٍ منيب، ونزلنا من السماء ماء مباركًا، فأنبتنا به جنات وحب الحصيد، والنخل باسقات لها طلع نضيد رزقًا للعباد**﴾[١].

إنه التمر. من شجرة طيبة أصلها ثابت وفرعها في السماء تؤتي أكلها كل حين بإذن ربها. أول طعام يدخل جوف الطفل بعد حليب الأم. وأول ما يفطر عليه الصائمون، أمر الله مريم العذراء أن تهز جذع النخلة فتساقط الرطب عليها جنيًا هنيئًا، طاهرًا لا داء فيه، فكان لها غذاء ودواء ووقاء.

ألا يعطي كل هذا دلالة واضحة على ما في التمر من نعم عظيمة وأسرار حكيمة؟!!

التمر في السنة النبوية :

عن سعد ـ رضي الله عنه ـ أن النبي ﷺ، قال: «**من تصبح كل يوم بسبع تمرات عجوة، لم يضرّه في ذلك اليوم سمّ ولا سحر**»[٢].

يقول النووي: «وفضيلة التصبح بسبع تمرات منه، وتخصيص عجوة المدينة دون غيرها، وعدد السبع من الأمور التي علمها الشارع ولا نعلم نحن حكمتها، فيجب الإيمان بها واعتقاد فضلها والحكمة فيها»[٣].

---

(١) سورة ق: ٧ ـ ١١.

(٢) متفق عليه.

(٣) شرح النووي على صحيح مسلم ١٤/٣.

وعن أبي هريرة ـ رضي الله عنـه ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «**العجوة من الجنة، وفيها شفاء من السمّ، والكمأة من المن، وماؤها شفاء العين**»[١].

وعن عائشة ـ رضي الله عنها ـ قالت: قال رسول الله ﷺ: «**ياعائشة بيت لا تمر فيه جياع أهله.. قالها مرتين أو ثلاثًا**»[٢].

وكان رسول الله ﷺ يحنك المواليد من أهل المدينة بالتمر ويدعو لهم بالبركة، فعن أبي موسى قال: ولد لي غلام فأتيت به النبي ﷺ، فسمّاه إبراهيم، وحنّكه بتمرة»[٣].

يقول الدكتور: فاروق مساهل: والتحنيك هو معجزة طبية للنبي ﷺ، لم تظهر الحكمة من ورائها إلا حديثًا، فالفترة الحرجة في إطعام الطفل تقع بين انتهاء ولادته وبدء رضاعته، فإننا نجد تكريم المولود على يد النبي ﷺ، بتحنيكه بالتمر (المملوء بالسكر) والذي يمتص بسرعة في عروقه فيحافظ على مستوى السكر في دمه، أو يرفعه إلى مستواه الطبيعي[٤].

وعن عبدالله بن جعفر ـ رضي الله عنه ـ قال: رأيت رسول الله ﷺ يأكل القثاء بالرطب[٥].

التمر في الطب الإسلامي:

يقول ابن القيم: «البسر: حار يابس، يدبغ المعدة ويحبس البطن، وينفع اللثة والفم، وأنفعه ما كان هشًا وحلوًا، وكثرة أكله وأكل البلح يحدث السدد في الأحشاء.

---

(١) رواه أحمد والترمذي وابن ماجه. الضعيفة ٣٩٣٥ ـ ضعيف الجامع ٣٨٥٠

(٢) رواه مسلم.

(٣) رواه البخاري ومسلم.

(٤) من كتاب: تكريم الإسلام للإنسان.

(٥) رواه البخاري ومسلم وأبو داود.

الرطب: يقوي المعدة الباردة، ويزيد في الباءة، ويخصب البدن، ويغذو غذاء كثيرًا.

وهو من أعظم الفاكهة موافقة لأهل المدينة وغيرها من البلاد التي هو فاكهتهم فيها ويحدث في إكثاره منه صداع.

التمـر: وهـو مقوّ للكبـد، ملين للطبـع، يزيد في الباءه ولاسيما مع حب الصنوبـر، وهو من أكثر الثمار تغذية للبدن، وأكله على الريق جفف مادة الدود وأضعفه، وهو فاكهة وغذاء ودواء وشراب وحلوى»[١].

وقال ابن البيطار: «والتمر إذا نُقع في اللبن أنعظ إنعاظًا قويًّا، وأجود استعماله في الزمان البارد، فإنه يستخصب عليه البدن، ويحسن اللون، ويزيد في الباءة، زيادة كثيرة، ويستأصل أمراضًا وأوجاعًا باردة إن كانت به[٢].

الرطب والولادة:

قال الله تعالى: **﴿وهزي إليك بجذع النخلة تساقط عليك رطبًا جنيًا، فكلي واشربي وقرّي عينا﴾**[٣].

يقول الدكتور مصطفى محمود: إن أحدث بحث علمي عن الرطب يقول أن فيه مادة قابضة للرحم تساعد على الولادة وتساعد على منع النزيف بعد الولادة[٤].

ويقول الدكتوران عبدالحميد دياب وأحمد قرقوز: «تبين في الأبحاث المجراة على الـرطب أي ثمـرة النخيل الناضجة، أنها تحوي مادة مقبضة للرحم، تقوي عضلات الرحم في الأشهر الأخيرة للحمل، فتساعد على الولادة من جهة، كما تقلل النزف الحاصل بعد الولادة من جهة أخرى[٥].

---

(١) الطب النبوي لابن القيم: ص٢٢٥.

(٢) الجامع لمفردات الأدوية لابن البيطار جـ١ ص١٤١.

(٣) سورة مريم: ٢٥ ـ ٢٦.

(٤، ٥) من كتاب: «مع الطب في القرآن الكريم» لهما.

الحكمة وراء إفطار الصائمون على التمر أو الرطب :

عن أنس ـ رضي الله عنه ـ قال : «كان رسول الله ﷺ يفطر على رطبات قبل أن يصلي، فإن لم تكن رطبات فتمرات، فإن لم تكن تمرات حسا حسوات من ماء»[١] .

وعن سلمان بن عامر قال: قال رسول الله ﷺ: «**إذا أفطر أحدكم فليفطر على تمر، فإنه بركة، فإن لم يجد تمرًا فالماء فإنه طهوره**»[٢] .

يقول الدكتور أحمد عبدالرؤوف هاشم: إن وراء هذا الهدي النبوي حكمة رائعة وهديًا طبيًا وصحيًا عظيمًا، فقد اختار النبي ﷺ هذه المأكولات دون غيرها، فتناول الرطب أو التمر يزود الجسم بمادة سكرية بكمية كبيرة فضلاً عن السرعة في التزويد، لأن المعدة خالية، وكذلك الأمعاء ومستعدتان للعمل والامتصاص السريع، وبخاصة في وجود نسبة الماء العالية في الرطب، أو وجود التمر منقوعًا في الماء، بالإضافة إلى وجود ثلثي هذه المادة السكرية في صورة كيميائية تخطت مرحلة الهضم الأولى، وبذا يرتفع مستوى سكر الدم في وقت وجيز[٣] .

ويقول الدكتور أنور المفتي[٤] : «إن الأمعاء تمتص الماء المحلى بالسكر في أقل من خمس دقائق، فيرتوي الجسم وتزول أعراض نقص السكر فيه في حين أن الصائم الذي يملأ معدته مباشرة من الطعام والشراب يحتاج إلى ٣ ـ ٤ ساعات حتى تمتص معدته مباشرة ما يكون في إفطاره من سكر.

ووجود الألياف السليلوزية بنسبة عالية في تركيب الرطب والتمر له مزايا أخرى تفيد الصائم، فهذه الألياف تعمل كأسفنجة تمتص الماء داخل الأمعاء وتعطي

---

(١) رواه أحمدو أبوداود والترمذي .

(٢) رواه الترمذي وأحمد وأبي خزيمة وابن حبان وأصحاب السنن عن سلمان بن عامر الضبي . ضعيف الجامع ٣٨٩، الروض ١٢٢ ، المشكاة ١٩٩٠ .

(٣) من كتاب «رمضان والطب» له .

(٤) من مقال للدكتور هشام الخطيب بمجلة الوعي الإسلامي (يونيو ١٩٨٣م) .

الـبراز حجـمًا معقـولاً مع إحـداث تليين طبيعي ، وبذلك يتلافى الصائم حدوث إمساك ، لأنه قلل عدد الوجبات وكمية الطعام والشراب ، وبالتالي كمية الفضلات التي تكوّن البراز في الأيام العادية ، وتلافي الإمساك يجنب الصائم أي متاعب صحية في صورة اضطراب الهضم أو البواسير.

وهنا تظهر الحكمة النبوية الشريفة في البدء بتعاطي مادة سكرية كالتمر أو الرطب .

الجراثيم لا تعيش في التمر :

قال رسول الله ﷺ : «**خير ثمراتكم البرنيّ، يذهب الداء ولا داء فيه**»[١] .

يقول الدكتور عبدالرزاق السعيد[٢] : حقًا . . إن التمر لا داء فيه ، فالجراثيم لا تعيش فيه . فقد لوثت تمور طرية بجراثيم مرض الكوليرا وبنسبة ١٠٠ ـ ١٠٠٠ مرة أكثر مما يشاهد في براز المرضى بالكوليرا ، واستخدم لذلك ثلاث سلالات مختلفة من جراثيم الكوليرا ، وقد ظهر أن هذه الجراثيم لم تعش أكثر من ثلاثة أيام ، وهذا يعني بأن التمور لو تعرضت إلى تلوث شديد تصبح خالية من العامل المرضي للكوليرا خلال ثلاثة أيام في الظروف الطبيعية ، ولقد أشارت الدراسات التي قام بها توريل إلى أن وجـود طبقة التأنين في الثمرة يحميها من الطفيليات التي تسبب ظهور بقع متفسخة على سطح الثمرة في مرحلة الرطب .

التمر يحمي من السرطان :

وهناك ميزة عظيمة للتمر وهي احتواؤه على عنصر المغنسيوم المضاد للسرطان ولذلك قلما تجد من البدو الذين يعتمدون على أكل التمر مصابًا بالسرطان .

وقال الدكتوران : حسن النعيمي والأمير عباس في كتابهما : «فسلجة وتشريح التمـر» : (إن سكان الواحات لا يعرفون مرض السرطان ، والمعتقد أن غنى التمر بعنصر المغنسيوم هو السبب في ذلك)[٣] .

---

(١) صحيح الجامع الصغير / ٣٣٠٣ ، رواه الطبراني والحاكم وأبونعيم .

(٢) من كتاب : الرطب والنخلة . له .　　(٣) نقلاً عن كتاب : «الرطب والنخلة» ص١٧٧ .

فوائد التمر في علاج الأمراض

لعلاج الإمساك :

وللتمر عظيم النفع في علاج كثير من الأمراض . . منها[1] :

يحتوي التمر على نسبة عالية من سكر الفواكه (الفركتوز) الذي له تأثير منشط للحركة الدودية للأمعاء وبذلك فإنه يكافح الإمساك .

وقال الدكتور محمد على الحاج : «التمر يساعد على تلين الأمعاء»[2].

لعلاج السم :

لقول رسول الله ﷺ : «**العجوة من الجنة ، وفيها شفاء من السم . . .**»[3].

كما يوصي بأكل سبع تمرات ـ والأفضل من تمر المدينة المنورة ـ وإلا فأي تمر ويوصي بأن تهرس التمر على مكان اللسعة أو اللدغة أو القرصة إن كانت من أثر حشرات سامة .

لأمراض العيون :

يحمص النوى بعد غسله ويطحن كالبن مع كحل الحجر بمقدار المثل، وتكحل منها العيون فإنه يقيها من أمراض العيون ويجملها .

التمر مضاد للحساسية :

يحتوي التمر على معدن «الزنك» وهو هام لحماية الجلد من الآفات الفطرية والالتهابات العارضة للجلد، كما أن الزنك عنصر فعال لعلاج الصدفية خاصة والأمراض الجلدية عامة .

---

(١) من كتاب : «شجرة المعجزات» لأبو الفداء محمد عارف .

(٢) من كتاب «غذاؤك حياتك» له طبعة ثانية ص١٢٣ .

(٣) رواه أحمد والترمذي وابن ماجه . الضعيفة ٣٩٣٥ ـ ضعيف الجامع ٣٨٥٠ .

لأمراض الروماتيزم :

لقد دلت التجارب أن التمر مصدر لدواء يدعي (ديوستولنس) وهذا الدواء يصفه الأطباء لمعالجة الروماتيزم .

للأمراض الصدرية :

يؤخذ قدر سبع حبات تمر مع مثلها وزنًا زبيب وعناب وتين ، ويطبخ المزيج في ليتر ماء حتى يصل للنصف حجمًا ثم يهرس المزيج ويصفى ويؤخذ فنجان منه بعد كل وجبة .

لعلاج الربو :

يضاف قدر فنجان من دبس التمر إلى كوب مغلي الزوفا، ويشرب منه صباحًا ومساءً مع الحمية من مثيرات الحساسية كالبيض والسمك والمانجو.

للقوة والنشاط والحيوية :

يؤخذ قدر سبع تمرات بعد نزع النوى ويخلط مع مكسرات مجروشة (صنوبر ـ بندق ـ عين جمل ـ لوز) مع ملعقة سمن بلدي (بري) ويؤكل المزيج يوميًا على الريق يتبعه شرب كوب من مغلي البابونج ، وهذه وصفه تشد القلب وتنشط الأعصاب .

للتقوية التناسلية :

يؤخذ سبع صفرات بيض مع حفنة تمر مهروس على ملعقة سمن بلدي ، يسوى على النار، ويؤكل بخبز أسمر على الفطار يتبعه شرب كوب حليب أو عصير جزر.

لعلاج الخمول والكسل :

يحتوي مائة جرام من التمر على ٤٠ ـ ٧٢ ملجم فوسفور. والفوسفور يجعل الذهن يتقد بالذكاء فهو ينشط خلايا المخ وينشط الغدة الصنوبرية ، ولازم لتغذية وإنعاش حجيرات المخ النبيلة ، كما يوجد في مائة جرام تمر من ٨٠ ـ ١٠٠ وحدة دولية من فيتامين (أ) وهذا الفيتامين له أهمية في تهدئة الأعصاب ويجعل الإنسان يفكر بلا توتر.

لأمراض القلب :

التمر من أعظم الأدوية التي تقوى الجسم وتدعمه بالحديد وكذلك لما يحتوي على فوسفور وكبريت فإنه يذيب الشحوم ويلين الشرايين ويقوي جدًا عضلة القلب، ولاحتوائه على الكولين فإنه يقضي على التهابات القلب والشرايين، ولاحتوائه على مادة الفوسفور فإنه ينقي الدم فينعم الإنسان بالقوة والصحة والعافية.

للوقاية من الفشل الكلوي :

إن الإكثار من أكل التمر يدر البول ويطهر المسالك البولية ويمنع تكون الحصى أو زيادة الأملاح ويقضي على أي التهابات في الكليتين ويسخن الكليتين مما يقيهما من الفشل الكلوي بإذن الله. وذلك لأن بالتمر سكاكر مدرة للبول مع وجود مواد غروية تحول دون خراب الأنابيب الكلوية أو حصيات الكلى وكذلك لوجود فيتامينات ب١، ب٢، ب ب وهي فيتامينات مقوية للأعصاب مانعة من الالتهاب.

لعلاج فقر الدم :

نظرًا لأن التمر يحتوي على «الحديد» فإنه خير علاج لفقر الدم.

لعلاج العقم :

يؤخذ طلح النخل قدر كوب (وهو مطحون) ويعجن في كيلو عسل نحل وتؤخذ ملعقة بعد الإفطار صباحًا وبعد العشاء مساءً لكل من الرجل والمرأة، مع أخذ المرأة لبوسًا مهبليًا عبارة عن طلع النخل معجونًا في عسل يوميًا مرة واحدة قبل النوم.

لعلاج الحموضة :

يحتوي التمر على أملاح معدنية قلوية وهذا يجعله من خير الأدوية للقضاء على ارتفاع حموضة المعدة أو الدم مما يمنع تكون حصى الكلى أو المرارة ويمنع حدوث القرحة المعدية ويقي الإنسان من سرطان القولون.

لعلاج الدوخة :

يوصي بأخذ سبع تمرات من عجوة في سبع غدوات على الريق، لعلاج الدوار «الدوخة» يكون ذلك يوميًا حتى يذهب عنه الدوار.

لعلاج العشى أو العمى الليلي :

من أفضل العلاجات الإكثار من أكل التمر مع غسل العينين بمغلى سعف النخل فإنه غاية لتنظيف العين من القذى والأذى ويجلو عنها الغشاوة .

لعلاج الصدفية :

يحرق سعف النخل ويحرق حتى يصير رمادًا، ويعجن منه قدر كوب في كيلو عسل نحل، ويدهن به مكان الصدفية مع كثرة أكل التمر لوجود عنصر الزنك به .

لعلاج نزيف البواسير :

يؤخذ نصف كوب من عصير البلح ، ويضاف له نصف ملعقة صغيرة من مطحون العفص ويؤخذ منه بعد الإفطار وبعد العشاء يوميًا .

للأمراض النفسية :

يؤخذ من ليف النخل الكساء الذي يكسو جذع النخلة ويغسل جيدًا ثم يغلى كالشاي ويصفى ويشرب محلاة بسكر النبات صباحًا ومساءً .

استخدامات الجمار الطبية : (قلب سعف النخلة وهو أبيض غض)

للربـــو :

يؤكل الجمار مع شرب دبس التمر (عسل التمر) فإن ذلك يقضي على حساسية الشعب الرئوية ويقشع مما يريح من الربو.

لنزيف المعدة :

أكل الجمار بالعسل من أقوى الأدوية لعلاج نزيف المعدة مع شرب مغلي البابونج وذلك على الريق يوميًا .

للسعال الديكي :

أكل الجمار مع شرب دبس التمر ودهن الصدر بزيت النخيل قبل النوم يقضي على السعال الديكي .

لعلاج الإسهال :

الجمار فيه من القبض والعقم والتطهير مما يجعله دواءً فعالاً لعلاج الإسهال .

لسرعة التئام الجروح ومعالجة القروح :

فرم الجمار وعجنه بالعسل مع الحنا من أقوى المراهم لعلاج القروح والجروح .

استخدامات دبس التمر (عسل التمر) :

لعلاج أمراض الرئتين :

مثل الكحة ولطرد البلغم وتقوية الجهاز التنفسي عامة وذلك لاحتوائه على الحديد والنحاس الذي يعد من أقوى المعادن لمكافحة أمراض الرئتين ولذلك يؤخذ فنجان من دبس التمر يوميًا على الريق بعد أخذ فص توم مقطع يتبعه شرب كوب ماء دافيء فإن ذلك يطرد البلغم ويقضي على الكحة ويقوي الصدر.

لعلاج الرعشة :

يشرب يوميًا فنجان من دبس العسل التمري ويؤكل بعده أي نوع من الفاكهة .

من استخدامات نوى التمر :

لعلاج السكر :

يحمص نوى التمر كالبن، ثم يطحن كالقهوة، ويؤخذ صباحًا ومساءً ولا يضاف أي نوع من السكاكر.

لتصلب الشرايين :

يؤخذ النوى ويحمص ويطحن في دبس التمر ويؤكل بالخبز الأسمر مع بلع فص ثوم مقطع، وذلك يوميًا على الإفطار.

عاشرا
مــاء زمــزم

عاشرا : مـاء زمـزم :

ماء زمزم شفاء من السقم :

عن ابن عباس - رضي الله عنهما - أن رسول الله ﷺ، قال: «**خير الماء على وجه الأرض، ماء زمزم، فيه طعام من الطعم، وشفاء من السقم**»(١). فهو يشبع الإنسان، ويزيل المرض ويبريء العلة والسقم.

وماء زمزم لما شرب له :

عن جابر بن عبدالله - رضي الله عنهما -، عن النبي ﷺ، أنه قال: «**ماء زمزم لما شرب له**»(٢).

وعن عائشة - رضي الله عنها - أنها كانت تحمل من ماء زمزم، وتخبر أن رسول الله ﷺ، كان يحمل ماء زمزم في الأداوى والقرب، وكان يصب على المرضي ويسقيهم»(٣).

وكان أبوذر - رضي الله عنه - يحدث أن رسول الله ﷺ، قال: «**فرج عن سقف بيتي وأنا بمكة، فنزل جبريل ففرج صدري، ثم غسله بماء زمزم، ثم جاء بطست من ذهب ممتليء حكمة وإيمانًا فأفرغه في صدري ثم أطبقه، ثم أخذ بيدي فعرج بي إلى السماء الدنيا**»(٤).

وماء زمزم - هي تلك البئر المباركة التي حفرها جبريل - عليه السلام - بعقبه لإسماعيل وأمه - عليهما السلام -، حين تركهما خليل الله إبراهيم عليه وعلى نبينا أزكى الصلاة وأتم التسليم في ذلك الوادي القفر الذي لا زرع فيه ولا ماء.

---

(١) رواه ابن حبان والطبراني، صحيح الجامع الصغير / ٣٣٢٢.

(٢) أخرجه ابن ماجه في سننه، والإمام أحمد في مسنده.

(٣) أخرجه البخاري والترمذي والبيهقي.

(٤) أخرجه مسلم وأحمد والبزار، و(فرج عن سقف بيتي): أي فتح.

قال ابن القيم[١]: ماء زمـزم، سيد المياه وأشرفها وأجلّها قدرًا، وأحبها إلى النفوس، وأغلاها ثمنًا، وأنفسها عند الناس، وهو هزمة جبريل وسقيا الله إسماعيل[٢].

يقول المناوي:[٣] «ماء زمزم لما شربه له» لأنه سقيا الله وغياثه لولد خليله فبقي غياثًا لمن بعده، فمن شربه بإخلاص وجد ذلك الغوث، وقد شربه جمع من العلماء لمطالب فنـالوها، قال الحكيم: هذا جار للعباد على مقاصدهم وصدقهم في تلك المقـاصـد والنيات، لأن المـوحد إذا رابه أمر فشأنه الفزع إلى ربه، فإذا فزع إليه استغاث به وإنما يناله العبد على قدر نيته.

كيفية الشرب من ماء زمزم:

عن ابن أبي مليكة قال: كنت عند ابن عباس، فجاء رجل فجلس إلى جنبه فقال له ابن عباس: من أين جئت؟ قال: شربت من ماء زمزم. قال: شربتها كما ينبغي؟ قال: وكيف ينبغي ياابن عبـاس؟ قال: تستقبـل القبلة وتسمى الله، ثم تشرب.. وتتنفس ثلاث مرات، فإذا فرغت حمدت الله تعالى وتتضلع منها[٤] فإني سمعت رسول الله ﷺ يقول: «**إن آية ما بيننا وبين المنافقين أنهم لا يتضلعون من زمزم**»[٥].

كيفية التداوي بماء زمزم:

كان رسول الله ﷺ، ـ فيما روته عائشة رضي الله عنها ـ يحمل ماء زمزم في الأداوي والقرب، وكان يصب على المرضى ويسقيهم[٦].

---

(١) زاد المعاد جـ٤ ص٣٩٢.

(٢) هزمة جبريل: أي ضربها برجله فنبع الماء. وهزم البئر: أي حفرها. وقوله: سقيا الله إسماعيل: أي أظهره الله ليسقي به إسماعيل أول الأمر.

(٣) فيض القدير: ٥/٤٠٤.

(٤) التضلع: هو أن تكثر من الشرب حتى يمتلأ جنبك وأضلاعك.

(٥) رواه ابن ماجه في سننه وعبدالرزاق في مصنفه.

(٦) رواه البخاري والترمذي والبيهقي.

ويتضح من هذا الحديث الشريف، كيفية التداوي بماء زمزم وهي:

- يؤتى بالمريض الذي يرجى له الشفاء بماء زمزم، ويصب عليه آخر من ماء زمزم بنية أن يشفيه الله تعالى من مرضه.
- والأيسر أن يغتسل المريض بماء زمزم بنية الاستشفاء.
- وعلى المريض بعد ذلك أن يشرب منه ويكثر ويتضلع حتى يمتلأ جنبه وأضلاعه.

ولابد من استحضار النية بالشفاء، تصديقًا واعتقادًا بقول الصادق المصدوق الذي لا ينطق عن الهوى، والإخلاص النفسي لقبول التداوي بهذا الماء الشافي.

حول: ماء زمزم لما شرب له

يقول رسول الله ﷺ: «ماء زمزم لما شرب له»:
إن شربته تستشفى به شفاك الله.
وإن شربته لشبعك أشبعك الله به.
وإن شربته لقطع ظمئك قطعه.
وهي هزمة جبريل، وسقيا الله إسماعيل(١).

يقول ابن العربي: وهذا موجود فيه إلى يوم القيامة، لمن صحت نيته، وسلمت طويته، ولم يكن به مكذبًا، ولا يشربه مجربًا، فإن الله مع المتوكلين، وهو يفضح المجربين(٢) أي الذي يشربه بنية التجربة دون اعتقاد جازم.

يقول الحكيم الترمذي(٣): الشارب لماء زمزم:
إن شربه لشبع أشبعه الله.
وإن شربه لريّ أرواه الله.
وإن شربه لشفاء شفاه الله.
وإن شربه لسوء خلق حسّنه الله.
وإن شربه لضيق صدر شرحه الله.
وإن شربه لانفلاق ظلمات الصدر فلقها الله.
وإن شربه لغنى النفس أغناه الله.

(١) رواه الحاكم والدارقطني عن ابن عباس. الإرواء ١١٢٣، ١١٢٦ - ضعيف الجامع ٤٩٧٢.
(٢) انظر تفسير القرطبي عند تفسير الآية ٣٧ من سورة إبراهيم.
(٣) كتاب نوادر الأصول ص٣٤١، نقلاً عن كتاب، معجزات الشفاء بماء زمزم ص٦٢، ٦٣.

وإن شربه لحاجة قضاها الله .
وإن شربه لأمر نابه كفاه الله .
وإن شربه للكربة كشفها الله .
وإن شربه لنصرة نصره الله .

وبأي نية شربه من أبواب الخير والصلاح، وفّق الله له بذلك، لأنه استغاث بها أظهره الله تعالى من جنته غياثًا.

كل ذلك يتوقف على قوة إيهان الشارب، وقوة نفسه، واستعداده، وقوة توكله على ربه، وثبات قلبه، فإن ماء زمزم سلاح، والسلاح ضاربه.

الاستشفاء من ماء زمزم من الحمى :

عن أبي جمرة الضبعي قال: كنت أجالس ابن عباس بمكة، فأخذتني الحمى فقال: أبردها عنك بماء زمزم، فإن رسول الله ﷺ قال: «**هي الحمى من فيح جهنم فأبردوها بالماء**» أو قال: «**بماء زمزم**»[١].

فكانت أسماء بنت الصديق ـ رضي الله عنهما ـ ترش على بدن المحموم شيئًا من ماء زمزم بين يديه وثوبه.

علاج الصداع وضعف البصر :

يروى الأزرقي في كتابه «تاريخ مكة» عن الضحاك ابن مزاحم أنه كان يقول: بلغني أن التضلع من ماء زمزم براءة من النفاق، وأن ماءها مذهب للصداع، وأن الاطلاع فيها يجلو البصر، وأنه سيأتي عليها زمان تكون أعذب من النيل والفرات[٢].

أخي المسلم..

كم من رجل كان قد أصيب بداء الصداع وما أن أتى إلى بئر زمزم وشرب منه بنية الشفاء فكان الشفاء.

---

(١) أخرجه البخاري، وأحمد.
(٢) الدر المنثور في التفسير بالمأثور، للسيوطي ٤/ ٢٢١.

نعم . . إن هذا ليس بعجيب، ولا بغريب لأن ماء زمزم لما شرب له، وكم قصت الصحف أحوالاً من هذا القبيل يتعجب منها المرء.

ولقد ذكر لي أحد الأفارقة ـ وهو يقسم برب العالمين ـ أنه كان يعاني من صعوبة شديدة في فَمِه منذ سنين، ولما أتي إلى ماء زمزم وشرب منها بنية الشفاء وهبه الله تعالى الشفاء. . حقًا إن ماء زمزم ماء مبارك. . وصدقًا إن ماء زمزم لما شرب له(١).

وقال وهب بن منبه ـ رحمه الله ـ: «والذي نفس وهب بيده إنها لفي كتاب الله طعام طُعم، وشفاء سقم، والذي نفس وهب بيده لا يعمد إليها أحد فيشرب منها حتى يتضلع إلا نزعت داء وأحدثت له شفاء»(٢).

ويذكر لنا الصحابي الجليل ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ: هذا الشفاء، وهذه البركة، فيقول: «شفاء من كل داء»(٣).

وعن عبدالله بن الزبير عن أبيه قال: «لما حج معاوية فحججنا معه، فلما طاف بالبيت صلى عند المقام ركعتين، ثم مر بزمزم، وهو خارج إلى الصفا، فقال: انزع لي منها دلوًا ياغلام. قال: فنزع له منها دلوًا، فأتى به فشرب وصب على وجهه ورأسه، وهو يقول: «زمزم شفاء، وهي لما شرب له»(٤).

---

(١) من كتاب: معجزات الشفاء بماء زمزم ص٤٧، ٤٨.

(٢) الدر المنثور ٣/٢٢٢ (للسيوطي).

(٣) أخرجه الدارقطني وعبدالرزاق.

(٤) الدر المنثور للسيوطي ٣/٢٢١، والمقاصد الحسنة / ٩٢٨.

من معجزات الشفاء بماء زمزم

الشفاء من السرطان بماء زمزم :

وقبل أن نستعرض معًا تجربة سيدة مغربية شفاها الله من السرطان بماء زمزم أرى من لزوم المقال أن نعيش أولاً مع الإمام ابن القيم حيث يقول(١) :

وهناك من الأدوية التي تشفى من الأمراض ما لم يهتد إليها أكابر الأطباء ولم تصل إليها علومهم ، وتجاربهم وأقيستهم من الأدوية القلبية ، والروحانية وقوة القلب واعتماده على الله ، والتوكل عليه ، والتذلل له ، والصدقة والدعاء والتوبة والاستغفار ، والإحسان إلى الخلق ، وإغاثة الملهوف ، والتفريج عن المكروب فهذه الأدوية قد جربتها الأمم على اختلاف أديانها ومللها ، فوجدوا لها من التأثير في الشفاء ما لا يصل إليه علم أعلم الأطباء ولا تجربته ولا قياسه .

فإن القلب متى اتصل برب العالمين ، وخالق الدواء أو الداء ، ومدبر الطبيعة ومصرفها على ما يشاء كانت له أدوية أخرى غير الأدوية التي يعانيها القلب البعيد منه المعرض عنه .

وقد علم أن الأرواح متى قويت ، وقويت النفس والطبيعة تعاونًا على دفع الداء وقهره ، فكيف ينكر لمن قويت طبيعته ونفسه ، وفرحت بقربها من بارئها وأنسها به وحبها له ، وتنعمها بذكره ، وانصراف قواها كلها إليه ، وجمعها عليه ، واستعانتها به ، وتوكلها عليه ، أن يكون ذلك لها من أكبر الأدوية ، وأن توجب لها هذه القوة دفع الألم بالكلية .

---

(١) زاد المعاد جـ٤ ص١١ ، ١٢ ، بتلخيص .

ولا ينكر هذا إلا أجهل الناس، وأغلظهم حجابًا، وأكثفهم نفسًا وأبعدهم عن الله.

تقول السيدة المغربية ـ صاحبة التجربة ـ[١] في كتابها «فلا تنسى الله»:

اشتد بي مرض السرطان في صدري، واحتار الأطباء في أمري، وعجز الدواء عن تخفيف آلامي.. وأخبرني الأطباء: لقد انتشر السرطان في كل صدرك، ولن تعيشي أكثر من ثلاثة شهور.. وقبل عودتي إلى المغرب اقترح عليّ زوجي أن أسافر إلى مكة لأداء العمرة.. واعتكفت ببيت الله، داومت على الشرب من ماء زمزم، واكتفيت برغيف وبيضة واحدة طوال اليوم، وأمضيت وتلاوة القرآن الكريم والدعاء، أربعة أيام لم أعرف فيها الليل من النهار، تلوت القرآن من أوله إلى آخره، كنت أطيل السجود في صلواتي وأبكي بحرارة على ما فاتني من خير وعلى ما أضعته من فرائض.

وبعد أيام وجدت أن الكويرات الحمراء التي كانت تشوه جسدي قد اختفت نهائيًا وأحسست أن شيئًا ما قد حدث، وقررت الذهاب للأطباء للتشاور مع الأطباء، ولم يصدقوا الحالة الغريبة التي أمامهم بعد أن أعادوا الكشف علي عدة مرات.

وعاودتني الآلام وأجريت لي عملية جراحية وداومت على علاج يسمى «الشيميو» وهو دواء له آثار سيئة في الجسم، فهزل جسمي وتساقط شعر رأسي ونبتت لحية في ذقني، وبينما ينتظر الجميع وفاتي.. وبينما أنا في منامي، رأيت رؤيا رأيت نورًا يتلألأ حتى كاد يطمس عيني، وتيقنت أنه رسول الله ﷺ، فحكيت له قصة مرضي وصراعي وإيماني، وأخبرته بأني كنت في لهفة للقائه وهو يصغي باهتمام بالغ، حتى فرغت من كلامي، فأخذ بيده الكريمة ومسح بها على رأسي من اليسار إلى اليمين، وهو يأمرني بالصبر، وأخبرني أنه ماأصابني إلا الخير، ثم ضغط على أم رأسي بقوة حتى استيقظت.

---

(١) مجلة المسلمون العدد (٢٢) بتاريخ ١٩ ـ ٢٥/١٠/١٤٠٥هـ (بتلخيص وتصرف).

لقد كانت يد المصطفى ﷺ، تمسح على رأسي الخالي من الشعر وهو يعظني ويقول بصوت كله رحمة ورأفة: لا تقلقي، ولا تنزعجي، اصبري فوالله ما يصيبك إلا الخير.

ثم عافاني الله، واستردت صحتي، واختفى السرطان نهائيًا.

ثم استطردت السيدة المغربية تقول في ختام قصتها: هناك قوة خفية لا تصل إليها العقول حتى تدركها، ألا وهي قوة الله، ومادامت هذه القوة معك فاملأ حياتك بالأمل لأن الله معك، وأبواب السماء مفتوحة دائمة لك، وعلوك في الأرض إلا عن طريق اتباعك الله. . . فلا تنسى الله.

يقول الدكتور مهدي بن عبود معقبًا على هذه الحالة[1]:

«إن هذه الحالة الطبية تفتح الأبصار والقلوب التي في الصدور، لمن كان له عقل سليم ومزاج معتدل، ولقد مرت أحوال مثلها، وستأتي حالات أخرى تشبهها، لأن الواقع هو ما يكنزه الإنسان في نفسه من طاقة حيوية وروحية، يستمد قوتها من عالم الغيب الذي هو بيد الله، وعالم الغيب أفسح من عالم الشهادة. وصدق الله: ﴿**وإذا مرضت فهو يشفين**﴾[2].

فالله هو الـذي خلق الجسـد وخلق بواعث المـرض، ويكفي أن يأمر هذه البواعث بأن تهدأ وأن تزول، فحكمه بين الكاف والنون، إذا أراد شيئًا أن يقول له كن فيكون.

(١) مجلة المسلمون العدد (٢٢) بتاريخ ١٩ ـ ٢٥/١٠/١٤٠٥هـ.

(٢) سورة الشعراء / ٨٠.

منهاج المسلم

في

اليوم والليلة

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمـــة

﴿وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون﴾(١).

وليست العبادة هي الصلاة والذكر والدعاء... الخ فقط، ولكنها أيضاً تعمير الأرض وتنمية المجتمع.

فإقامة المشاريع الزراعية عبادة، وإقامة المشاريع الصناعية عبادة، والتعلم والوصول إلى أكبر درجات العلم عبادة، مادام أن الغاية من ذلك هو ابتغاء وجه الله سبحانه وتعالى.

ولابد للمسلم من غاية، وفي سبيل تحقيق تلك الغاية منهاج، وكما أن المسلم له منهاج للوصول إلى غايته، فلابد أن يكون له منهاج يومي يسير عليه، حتى يمده بالطاقة التي تؤهله للوصول إلى غايته.

إذا كانت بطارية السيارة تشحن دورياً حتى تستمر في السير والعمل، فكذلك قلب المسلم لابد أن يشحن طوال اليوم بتلاوة القرآن والصلاة والذكر والدعاء والصيام... الخ.

وهذا البرنامج اليومي هو نموذج فقط، ويمكن لكل مسلم أن يقوم ببرنامجه اليومي حسب وقته وطاقته.

---

(١) سورة الذاريات، الآية: ٥٦.

١ ـ النوم مبكرا :

وهذه سنة عن رسول الله ﷺ :

*عن ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ قال : «بتُّ في بيت خالتي ميمونة بنت الحارث زوج النبي ﷺ ، وكان النبي عندها في ليلتها ، فصلى النبي العشاء ثم جاء إلى منزله ، فصلى أربع ركعات ، ثم نام ، ثم قال : نام الغليم ـ أو كلمة تشبهها ـ ثم قام فقمت عن يساره فجعلني عن يمينه فصلى خمس ركعات ثم صلى ركعتين ثم نام حتى سمعت غطيطه أو خطيطه ، ثم خرج إلى الصلاة»(١) .

* وعن عائشة ـ رضي الله عنها ـ أنها سئلت عن صلاة رسول الله ﷺ بالليل قالت : «كان ينام أوّله ، ويقوم آخره فيصلي ، ثم يرجع إلى فراشه ، فإذا أذن المؤذن وثب ، فإن كان به حاجة اغتسل وإلا توضأ وخرج»(٢) .

٢ ـ النوم متوضئاً ومتسوكا :

* عن البراء بن عازب ـ رضي الله عنه ـ قال : قال رسول الله ﷺ : «إذا أتيت مضجعك ، فتوضأ وضوءك للصلاة ، ثم اضطجع على شقك الأيمن ثم قل : اللهم أسلمت وجهي إليك ، وفوضت أمري إليك ، وألجأت ظهري إليك ، رغبة ورهبة إليك ، لا ملجأ ولا منجى منك إلا إليك ، آمنت بكتابك الذي أنزلت وبنبيك الذي أرسلت . فإن متَّ من ليلتك فأنت على الفطرة ، واجعلهن آخر ما تتكلم به»(٣) .

* وعن عائشة ـ رضي الله عنها ـ أن النبي ﷺ قال : «السواك مطهرة للفم مرضاة للرب»(٤) .

(١ ، ٢) رواه البخاري .

(٣) أخرجه الجماعة .

(٤) رواه النسائي وابن خزيمة في صحيحه بأسانيد صحيحه .

٣ ـ قراءة أدعية ما قبل النوم :

ونوجز بعضها فيما يلي:

* «**إذا جاء أحدكم فراشه فلينفضه بصنفة ثوبه**[١] **ثلاث مرات ثم ليقل: اللهم باسمك أموت وأحيا، باسمك ربي وضعت جنبي وبك أرفعه، إن أمسكت نفسي فارحمها وإن أرسلتها فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصالحين**»[٢].

* كان النبي ﷺ إذا أراد أن يرقد، وضع يده اليمنى تحت خده الأيمن ثم يقول: «**اللهم قني عذابك يوم تبعث عبادك**» ـ ثلاث مرات ـ[٣].

* عن علي بن أبي طالب ـ رضي الله عنه ـ قال: إن فاطمة ـ رضي الله عنها ـ أتت النبي ﷺ تسأله خادماً فقال لها: «**ألا أخبرك بما هو خير لك منه: تسبيحن الله عند منامك ثلاثاً وثلاثين، وتحمدين الله ثلاثاً وثلاثين، وتكبرين الله أربعاً وثلاثين، فهذا خير لكما من خادم**»[٤].

* عن عائشة ـ رضي الله عنها ـ أن النبي ﷺ «**كان إذا أوى إلى فراشه كل ليلة جمع كفيه ونفث فيهما فقرأ فيهما قل هو الله أحد، وقل أعوذ برب الفلق، وقل أعوذ برب الناس، يمسح بهما ما استطاع من جسده، يبدأ بهما على رأسه ووجهه وما أقبل من جسده**»[٥].

* وكان إذا أوى إلى فراشه قال: «**الحمد لله الذي أطعمنا وسقانا وكفانا، وآوانا فكم ممن لا كافي له ولا مؤوي**».

«**اللهم خلقت نفسي وأنت تتوفاها، لك مماتها ومحياها، إن أحييتها فاحفظها، وإن أمتها فاغفر لها، اللهم إني أسألك العافية**»[٦].

---

(١) بصنفة ثوبه: الصنفة بفتح الصاد المهملة وكسر النون فتح طرف الثوب.

(٢) رواه البخاري ومسلم.

(٣) أخرجه البخاري ومسلم.

(٤) رواه البخاري.

(٥) أخرجه مسلم.

(٦) أخرجه مسلم.

«اللهم رب السموات ورب الأرض ورب العرش العظيم، ربنا ورب كل شيء، فالق الحب والنوى، ومنزل التوراة والإنجيل والفرقان، أعوذ بك من شر كل شيء أنت آخذ بناصيته، اللهم أنت الأول فليس قبلك شيء، وأنت الآخر فليس بعدك شيء، وأنت الظاهر فليس فوقك شيء، وأنت الباطن فليس دونك شيء، اقض عنا الدين وأغننا من الفقر»(١).

«اللهم أسلمت نفسي إليك، ووجهت وجهي إليك، وفوضت أمري إليك، وألجأت ظهري إليك، رغبة ورهبة إليك، لا ملجأ ولا منجى منك إلا إليك، آمنت بكتابك الذي أنزلت، وبنبيك الذي أرسلت، ويجعلهن آخر ما يتكلم به»(٢).

٤ ـ ورد المحاسبة :

وهو استعراض أعمال اليوم ساعة النوم، فإن وجد المسلم خيراً، فليحمد الله وإن وجد غير ذلك فليستغفر، وليسأل ربه، ثم يجدد التوبة، وينام على أفضل العزائم.

وإليك أخي المسلم نموذجاً لورد المحاسبة، ويشتمل على بعض النقاط التي يجب أن يحاسب الإنسان فيها نفسه.

١ ـ هل ذكرت الله عند قيامك من نومك؟

٢ ـ هل قمت من الليل نافلة لك؟ «**عسى أن يبعثك ربك مقاماً محموداً**».

٣ ـ هل صليت اليوم الفجر في المسجد جماعة؟

٤ ـ هل أيقظت أهلك وولدك لصلاة الفجر؟

٥ ـ هل قرأت اليوم أذكار الصباح؟

٦ ـ هل استفتحت يومك بسؤال الله أن يرزقك الرزق الحلال والتحري عنه؟

٧ ـ هل سألت الله ثلاثاً أن يدخلك الله الجنة؟ «**فإن من سأل الله أن يدخله الجنة قالت الجنة: اللهم أدخله الجنة**».

---

(١) رواه مسلم.

(٢) رواه مسلم.

٨ ـ هل أكثرت من قول لا حول ولا قوة إلا بالله ، فإنها كنز من كنوز الجنة؟

٩ ـ هل صليت ركعتين بعد كل وضوء فإن ذلك مفتاح من مفاتيح الجنة؟

١٠ ـ هل حرصت على أن تظل أغلب يومك متوضئاً؟ «**فالوضوء سلاح المؤمن**» .

١١ ـ هل استجرت بالله من عذاب النار ثلاثاً؟ «**فإنه من يفعل ذلك قالت النار: اللهم أجره من النار**» .

١٢ ـ هل أمرت بمعروف أو نهيت عن منكر؟

١٣ ـ هل نصحت في الله؟

١٤ ـ هل حافظت على جميع الصلوات في المسجد جماعة في وقتها؟

١٥ ـ هل رددت الأذكار الخاصة بـ(الدخول والخروج: المسجد، المنزل، الخلاء) والطعام، ولبس الثياب، وركوب الدابة . . ؟

١٦ ـ هل صليت اليوم السنن الراتبة والتطوع؟

١٧ ـ هل استخدمت السواك عند كل وضوء وصلاة وعند النوم؟ «**فالسواك مطهرة للفم مرضاة للرب**» .

١٨ ـ هل واظبت على قراءة الأوراد عقب كل صلاة وأذان؟

١٩ ـ هل كنت خاشعاً اليوم في صلواتك متدبراً ما تقول؟

٢٠ ـ هل اغتنمت ساعة الاستجابة ودعوت الله فيها؟

٢١ ـ هل اتقيت الله في مكسبك ومطعمك ومشربك وملبسك؟

٢٢ ـ هل توكلت على الله حق توكله؟

٢٣ ـ هل حمدت الله في السراء والضراء؟

٢٤ ـ هل أنت راض قانع بما قسمه الله لك؟

٢٥ ـ هل اقتصدت في الفقر والغنى؟

٢٦ ـ هل حمدت الله على نعمة الإسلام؟

٢٧ ـ هل قرأت وتعلمت وحفظت وعملت اليوم بشيء من كتاب الله تعالى؟

٢٨ ـ هل قرأت وتعلمت وحفظت وعملت اليوم بشيء من حديث رسول الله ﷺ؟

٢٩ ـ هل قرأت كتاباً إسلامياً جديداً تتفقه به في دينك؟
٣٠ ـ هل قمت بوظائف ليلة ويوم الجمعة من (اغتسال، تطيب، لبس أفضل الثياب، تحري ساعات استجابة الله الدعاء، قراءة سورة الكهف، الصلاة على النبي ﷺ).
٣١ ـ هل تعلمت شيئاً من الفرائض وحضرت اليوم درساً للعلم؟ «**فمن سلك طريقاً يلتمس فيه علماً سهل الله به طريقاً إلى الجنة**».
٣٢ ـ هل أتقنت وأخلصت في يومك في أعمالك كلها في السر والعلن؟
٣٣ ـ هل حمدت الله على نعمة السمع والبصر والفؤاد وسائر النعم؟
٣٤ ـ هل حفظت اليوم سمعك وبصرك وبقية جوارحك عن الحرام؟
٣٥ ـ هل نظفت لسانك من الكذب والغيبة والنميمة والجدل واللغو؟
٣٦ ـ هل وضعت الله نُصْب عينيك، فإن لم تكن تراه فإنه يراك؟
٣٧ ـ هل صليت اليوم على النبي ﷺ؟
٣٨ ـ هل حافظت على سنة نبيك القولية والعملية؟
٣٩ ـ هل سألت الله الوسيلة لسيدنا محمد ﷺ، فتحل لك شفاعته يوم القيامة؟
٤٠ ـ هل سألت الله أن يسقيك شربة هنيئة مريئة من حوض نبينا محمد ﷺ؟
٤١ ـ هل عدت مريضاً ودعوت الله له بالشفاء؟
٤٢ ـ هل مشيت في تشييع جنازة (من غسلها، الصلاة عليها، دفنها) فاتعظت واعتبرت؟
٤٣ ـ هل أصابتك مصيبة فقلت: «**إنا لله وإنا إليه راجعون**»؟
٤٤ ـ هل عدلت في الغضب والرضى؟
٤٥ ـ هل وفيت بالعهد وصدقت في الوعد؟
٤٦ ـ هل أديت الأمانات إلى أهلها؟
٤٧ ـ هل حفظت سر من ائتمنك؟
٤٨ ـ هل وصلت من قطعك؟

٤٩ ـ هل أديت ما عليك من حقوق، ومن نفسك ومالك في (حق والديك، لزوجتك، وولدك، لأقاربك، وحق الدعوة إلى الله)؟

٥٠ ـ هل تساعد أهلك في بيتك؟ «**فالرسول ﷺ كان في مهنة أهله**».

٥١ ـ هل مسحت دمعة يتيم؟

٥٢ ـ هل عفوت عمّن ظلمك، وأعطيت من حرمك؟

٥٣ ـ هل كان اليوم صمتك فكراً ونطقك ذكراً ونظرك عبرة؟

٥٤ ـ هل تفكرت في عظيم مخلوقات الله؟

٥٥ ـ هل أعنت مسلماً؟ «**فالله في عون العبد ما كان العبد في عون أخيه**»

٥٦ ـ هل نصرت مظلوماً؟

٥٧ ـ هل يسَّرت على معسر، أو نَفَّست عن مؤمن كربة؟

٥٨ ـ هل تصدقت اليوم على الفقراء والمحتاجين؟

٥٩ ـ هل أحسنت إلى جارك أو أكرمت ضيفاً لك؟

٦٠ ـ هل تبرعت لإخوانك المحتاجين في بلاد المسلمين؟

٦١ ـ هل فكرت في الجهاد وسألت الله الشهادة في سبيله بصدق؟ «**فمن سأل الله الشهادة بصدق بلَّغه الله منازل الشهداء وإن مات على فراشه**».

٦٢ ـ هل دعوت الله أن ينصر الإسلام والمسلمين ويُمَكِّن لدين الله في الأرض؟

٦٣ ـ هل تركت الغضب لنفسك وحاولت ألَّا تغضب إلا لله تبارك وتعالى؟

٦٤ ـ هل تجنبت التكبر والاعتزاز بنفسك؟

٦٥ ـ هل أحببت في الله وأبغضت في الله؟

٦٦ ـ هل فكرت في الابتعاد عن رفقاء السوء وتخيرت الأصدقاء؟

٦٧ ـ هل أهديت هدية لتأليف قلب وزيادة حب ومودة؟

٦٨ ـ هل تحب لأخيك ما تحبه لنفسك؟ «**فلا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه**».

٦٩ ـ هل دعـوت اليوم لأخيك في الله بظهـر الغيب؟ «**فدعوة الأخ لأخيه بظهر الغيب مستجابة**».

٧٠ ـ هل حرصت على التعرف على أخ جديد لك في الله؟

٧١ ـ هل ألقيت السلام على من عرفت ومن لم تعرف؟

٧٢ ـ هل ابتسمت في وجه أخيك المسلم؟

٧٣ ـ هل ألـزمت نفسك بمكارم الأخلاق التي بعث بها الرسول ﷺ «**إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق**»؟

٧٤ ـ هل عوّدت نفســك على العادات الطيبة من (حلم، صبر، ورع، تقوى، رحمة، توكل، إخلاص)؟

٧٥ ـ هل قمت بإصلاح ذات البين، بين أخوين متهاجرين؟

٧٦ ـ هل عوّدت نفسك على ترك ما لا يعنيك؟ «**فمن حسن إسلام المرء تركه ما لا يعنيه**».

٧٧ ـ هل حاولت تجنّب الإكثار من الضحك؟ «**فإن كثرة الضحك تميت القلب**».

٧٨ ـ هل طهّرت قلبك من أمراضه (الغل، الحقد، الحسد)؟

٧٩ ـ هل انشغلت بعيبك عن عيوب الناس؟

٨٠ ـ هل اتّصفت بصفة الحياء؟ «**فهو شعبة من شعب الإيمان، والحياء خير كله**».

٨١ ـ هل دعوت الله واستغفرت للمؤمنين والمؤمنات؟

٨٢ ـ هل استخرت الله واستشرت أصحابك، إن هممت بعمل شيء ينفعك؟

٨٣ ـ هل أمطت الأذى عن الطريق؟ «**فلك بذلك صدقة**».

٨٤ ـ هل صمت اليوم، الاثنين والخميس، ثلاثة أيام من كل شهر؟

٨٥ ـ هل استعذت اليوم بالله من فتنة المحيا والممات وفتنة المسيح الدجال؟

٨٦ ـ هل استعذت اليوم بالله من همزات الشياطين وأن يحضرون؟

٨٧ ـ هل قرأت اليوم آية الكرسي؟ «**فمن قرأها مايزال عليه من الله حافظ ولا يقربه شيطان**».

٨٨ ـ هل دعوت الله بهذا الدعاء: «**اللهم إني أعوذ بك أن أشرك بك وأنا أعلم، وأستغفرك لما لا أعلم**»؟ فمن قال ذلك أذهب الله عنه الشرك ظاهره وخفيّه.

٨٩ ـ هل دعوت الله بأسمائه الحسنى؟ ﴿**ولله الأسماء الحسنى فادعوه بها**﴾.

٩٠ ـ هل دعوت الله أن يثبت قلبك على دينه؟

٩١ ـ هل بكيت اليوم من خشية الله؟

٩٢ ـ هل استغفرت الله اليوم من ذنوبك؟

٩٣ ـ هل اعتبرت نفسك في الدنيا كأنك غريب أو عابر سبيل؟ قال ابن عمر ـ رضي الله عنهما ـ: «إذا أمسيت فلا تنتظر الصباح، وإذا أصبحت فلا تنتظر المساء، وخذ من صحتك لمرضك ومن حياتك لموتك»

٩٤ ـ هل أعددت الزاد ليوم المعاد؟

٩٥ ـ هل سألت الله حسن الخاتمة، وأن يخفف عنك سكرات الموت؟

٩٦ ـ هل دعوت الله أن يخلفك في أهلك ومالك بخير ما يخلف به عباده الصالحين؟

٩٧ ـ هل حرصت أن يكون لك صدقة جارية أو علم ينتفع به؟

٩٨ ـ هل تذكرت الموت والقبر واليوم الآخر وشدائده؟

٩٩ ـ هل دعوت الله أن يثبتك على الصراط، يوم تزلّ الأقدام؟

١٠٠ ـ هل ختمت يومك بتوبة نصوح واستغفار وخشوع؟

٥ ـ الذكر، والدعاء، والاستغفار، والتسبيح، حتى النوم :

أ ـ الذكـــر :

* قال الله تعالى: ﴿**فاذكروني أذكركم، واشكروا لي ولا تكفرون**﴾[١].

* وقال سبحانه: ﴿**ياأيها الذين آمنوا اذكروا الله ذكراً كثيراً وسبحوه بكرة وأصيلا**﴾[٢].

---

(١) سورة البقرة، الآية: ١٥٢.

(٢) سورة الأحزاب، الآيتان: ٤١، ٤٢.

* وقال عز من قائل: **﴿والذاكرين الله كثيراً والذاكرات، أعد الله لهم مغفرة وأجراً عظيما﴾**(١).

* وعن عبدالله بن بسر - رضي الله عنه - قال: أن رجلاً قال: يارسول الله إن شرائع الإسلام قد كثرت علي فأخبرني بشيء أتشبث به. قال: **«لايزال لسانك رطباً بذكر الله»**(٢).

* وقال النبي ﷺ: يقول الله تعالى في الحديث القدسي: **«أنا عند ظن عبدي بي، وأنا معه إذا ذكرني، فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ، ذكرته في ملأ خير منه، وإن تقرب إليَّ شبراً تقربت إليه ذراعاً، وإن تقرب إليَّ ذراعاً تقربت إليه باعاً، وإن أتاني يمشي، أتيته هرولة»**(٣).

اداب الذكر:

* يستحب أن يكون الذكر سراً لا ترتفع به الأصوات.. فقد سمع رسول الله ﷺ أقواماً يرفعون أصواتهم بالدعاء وهم في بعض الغزوات فقال: **«يأأيها الناس أربعوا على أنفسكم، إنكم لا تدعون أصم ولا غائباً، إنكم تدعون سميعاً قريباً وهو معكم»**(٤).

* كذلك يستحب أن يكون عدّ الذكر على الأصابع: فعن يسيرة - رضي الله عنها - قالت: قال رسول الله ﷺ: **«عليكن بالتسبيح والتهليل والتقديس، ولا تغفلن فتنسين الرحمة، واعقدن الأنامل فإنهن مسئولات ومستنطقات»**(٥).

---

(١) سورة الأحزاب، الآية: ٣٥.

(٢) رواه الترمذي وقال: حديث حسن.

(٣) رواه البخاري ومسلم.

(٤) أخرجه البخاري.

(٥) رواه أصحاب السنن والحاكم بسند صحيح.

ب - الدعاء :

* قال الله تعالى : ﴿وإذا سألك عبادي عني ، فإني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان﴾(١) . وقال : ﴿وقال ربكم ادعوني أستجب لكم﴾(٢) .

* وعن النعمان بن بشير - رضي الله عنهما - عن النبي ﷺ قال : «الدعاء هو العبادة»(٣) .

اداب الدعاء وشروط قبوله :

١ - أن يبدأ بحمد الله والثناء عليه والصلاة على النبي ﷺ :

ولقد علّم الرسول ﷺ أمته كيف تدعو فقال : «**إذا صلى أحدكم فليبدأ بتحميد الله تعالى والثناء عليه ثم ليصلّ على النبي ﷺ ثم ليدع بما شاء**»(٤) .

٢ - تحرّي الحلال :

عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله ﷺ : «**يا أيها الناس إن الله طيب لا يقبل إلا طيبا ، وإن الله أمر المؤمنين بما أمر به المرسلين فقال : ﴿يا أيها الرسل كلوا من الطيبات واعملوا صالحاً إني بما تعملون عليم﴾(٥) وقال : ﴿يا أيها الذين آمنوا كلوا من طيبات ما رزقناكم﴾(٦) ثم ذكر الرجل يطيل السفر أشعث أغبر، ومطعمه حرام، وملبسه حرام، وغذي بالحرام، يمد يديه إلى السماء : يارب ، يارب ، فأنّى يستجاب له**»(٧) .

---

(١) سورة البقرة، الآية : ١٨٦ .

(٢) سورة غافر، الآية : ٦٠ .

(٣) رواه أبوداود والترمذي والنسائي وابن ماجه .

(٤) رواه أبوداود والترمذي وابن حبان والحاكم والبيهقي .

(٥) سورة المؤمنون، الآية : ٢٥١ .

(٦) سورة البقرة، الآية : ١٧٢ .

(٧) في مسند الإمام أحمد وصحيح مسلم .

٣ ـ استقبال القبلة:

فقد خرج النبي ﷺ، يستسقي، فدعا واستسقى واستقبل القبلة.

٤ ـ رفع اليدين حذو المنكبين:

لما رواه أبوداود عن ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ قال: المسألة أن ترفع يديك حذو منكبيك أو نحوهما، والاستغفار أن تشير بإصبع واحدة، والابتهال أن تمد يديك جميعاً.

٥ ـ خفض الصوت بين المخافة والجهر:

قال الله تعالى: ﴿**ادعوا ربكم تضرعاً وخفية، إنه لا يحب المعتدين**﴾[1].

٦ ـ التضرع والخشوع والرهبة والانكسار:

قال الله تعالى: ﴿**إنهم كانوا يسارعون في الخيرات ويدعوننا رغباً ورهباً وكانوا لنا خاشعين**﴾[2].

٧ ـ الإيقان بالإجابة وصدق الرجاء فيها:

فعن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ أن النبي ﷺ قال: «**لا يقولن أحدكم: اللهم اغفر لي إن شئت اللهم ارحمني إن شئت، ليعزم المسألة فإنه لا مكره له**»[3].

٨ ـ عدم استبطاء الإجابة:

عن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ أن رسول الله ﷺ قال: «**يُستجاب لأحدكم ما لم يعجل يقول: دعوت فلم يستجب لي**»[4].

٩ ـ التوبة ورد المظالم والإقبال على الله تعالى، فهي الأصل في الإجابة.

١٠ ـ الإلحاح في السؤال والتوسل بأسماء الله وصفاته:

قال تعالى: ﴿**ولله الأسماء الحسنى فادعوه بها**﴾[5].

---

(١) سورة الأعراف، الآية: ٥٥.

(٢) سورة الأنبياء، الآية: ٩٠.

(٣) رواه أبوداود.

(٤) رواه مالك في الموطأ.

(٥) سورة الأعراف، الآية: ١٨٠.

قال النبي ﷺ: «اللهم إني أسألك باسمك الطاهر الطيب المبارك الأحب إليك، الذي إذا دعيت به أجبت، وإذا سئلت به أعطيت وإذا استرحمت به رحمت وإذا استفرجت به فرجت»(١).

وقال النبي ﷺ: «إن لله تعالى تسعة وتسعين اسماً مائة إلا واحداً من أحصاها دخل الجنة، إنه وتر يحب الوتر»(٢).

هو الله	الذي لا	إله إلا هو	الرحمن	الرحيم	الملك	القدوس
السلام	المؤمن	المهيمن	العزيز	الجبار	المتكبر	الخالق
الباريء	المصور	الغفار	القهار	الوهاب	الرزاق	الفتاح
العليم	القابض	الباسط	الخافض	الرافع	المعز	المذل
السميع	البصير	الحكم	العدل	اللطيف	الخبير	الحليم
العظيم	الغفور	الشكور	العليّ	الكبير	الحفيظ	المغيث
الحسيب	الجليل	الكريم	الرقيب	المجيب	الواسع	الحكيم
الودود	المجيد	الباعث	الشهيد	الحق	الوكيل	القوي
المتين	الولي	الحميد	المحصي	المبديء	المعيد	المحيي
المميت	الحيّ	القيّوم	الواجد	الماجد	الواحد	الصمد
القادر	المقتدر	المقدم	المؤخر	الأول	الآخر	الظاهر
الباطن	الوالي	المتعال	البر	التواب	المنتقم	العفوّ
الرؤوف	مالك	الملك	ذو الجلال	والإكرام	المقسط	الجامع
الغنيّ	المغني	المانع	الضار	النافع	النور	الهادي
البديع	الباقي	الوارث	الرشيد	الصبور		

(١) رواه ابن ماجه عن عائشة ـ ضعيف الجامع ١١٩٣ ـ الترغيب ٢ / ٢٧٩.

(٢) رواه البخاري ومسلم في صحيحهما إلى قوله: «يحب الوتر» وما بعده رواه الترمذي وقال حديث حسن.

قال رسول الله ﷺ: «اسم الله الأعظم في هاتين الآيتين: ﴿وإلهكم إلهٌ واحد لا إله إلا هو الرحمن الرحيم﴾ وفاتحة سورة آل عمران: ﴿آلم الله لا إله إلا هو الحي القيوم﴾»(١).

١١ ـ تحري أوقات الإجابة وهي:

١ ـ الدعاء في الثلث الأخير من الليل: قال النبي ﷺ: «**ينزل ربنا كل ليلة إلى السماء الدنيا حين يبقى ثلث الليل الآخر، فيقول: من يدعوني فأستجب له، من يسألني فأعطيه، من يستغفرني فأغفر له**»(٢).

٢ ـ الدعاء بين الآذان والإقامة: فعن أنس بن مالك ـ رضي الله عنه ـ أن النبي ﷺ قال: «**الدعاء بين الأذان والإقامة لا يرد**». (٣).

٣ ـ الأزمان والأوقات الشريفة، كيوم عرفة وشهر رمضان، وليلة القدر، وليلة الجمعة ويوم الجمعة، وبعد الصلوات المكتوبات.

١٢ ـ اغتنام الأحوال الشريفة كحالة السجود والتقاء الجيوش، ونزول الغيث:

فعن أبي هريرة، أن رسول الله ﷺ قال: «**أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد فأكثروا الدعاء**»(٤).

١٣ ـ استحباب تكرار الدعاء ثلاثاً:

فعن ابن مسعود ـ رضي الله عنه ـ أن رسول الله ﷺ كان يعجبه أن يدعو ثلاثا ويستغفر ثلاثًا(٥).

١٤ ـ ختم الدعاء بالصلاة على النبي ﷺ:

قال النبي ﷺ: «**لا تجعلوني كقدح الراكب يجعل ماءه في قدحه. فإن احتاج إليه**

---

(١) رواه الإمام أحمد وأبوداود والترمذي.

(٢) رواه أحمد والبخاري ومسلم.

(٣) أخرجه الترمذي.

(٤) أخرجه مسلم وأبوداود والنسائي.

(٥) رواه أبوداود.

شربه وإلا صبّه، اجعلوني في أول كلامكم وأوسطه وآخره» . [١] .

جـ) الاستغفار :

قال تعالى: ﴿فاعلم أنه لا إله إلا الله، واستغفر لذنبك وللمؤمنين والمؤمنات﴾[٢] .

وقال النبي ﷺ: «أنزل الله أمانين لأمتي ﴿وما كان الله ليعذبهم وأنت فيهم وما كان الله معذبهم وهم يستغفرون﴾ فإذا مضيت تركت فيهم الاستغفار إلى يوم القيامة»[٣] .

وقال النبي ﷺ: «من لزم الاستغفار جعل الله له من كل ضيق مخرجًا ومن كل هم فرجًا ورزقه من حيث لا يحتسب»[٤] .

د) التسبيح :

قال الله تعالى: ﴿وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها، ومن آناء الليل فسبح وأطراف النهار لعلك ترضى﴾[٥] .

وقال رسول الله ﷺ: «كلمتان خفيفتان على اللسان، ثقيلتان في الميزان، حبيبتان إلى الرحمن، سبحان الله وبحمده، سبحان الله العظيم»[٦] .

٦ ـ القيام :

. إما أول الليل أو أوسطه أو آخره للتهجد ودعاء التهجد هو:

---

(١) رواه ابن النجار وفي رواية: اجعلوني في أول الدعاء وفي وسط الدعاء وفي آخر الدعاء.

(٢) سورة محمد، الآية: ١٩.

(٣) رواه الترمذي. عن أبي موسى. الضعيفة ١٦٩٠ ـ ضعيف الجامع ١٣٤١.

(٤) رواه أبوداود وابن ماجه. عن ابن عباس ضعيف الجامع ٥٨٢٩، ١٠٢٦ ـ الضعيفة ٧٠٥ ـ الترغيب ٢/٢٦٨.

(٥) سورة طه، الآية: ١٣٠.

(٦) رواه أحمد والبخاري ومسلم.

كان النبي ﷺ إذا قام من الليل يتهجد[١] قال: «**اللهم لك الحمد أنت قيوم السموات والأرض ومن فيهن، ولك الحمد لك ملك السموات والأرض ومن فيهن، ولك الحمد أنت نور السموات والأرض ومن فيهن، ولك الحمد أنت الحق، ووعدك الحق، ولقاؤك حق، وقولك حق، والجنة حق، والنار حق، والنبيون حق، ومحمد ﷺ حق، والساعة حق، اللهم لك أسلمت وبك آمنت، وعليك توكلت، وإليك أنبت، وبك خاصمت، وإليك حاكمت، فاغفر لي ما قدمت وما أخرت، وما أسررت وما أعلنت، وما أنت أعلم به مني، أنت المقدم وأنت المؤخر، لا إله إلا أنت، ولا حول ولا قوة إلا بالله**»[٢].

ومدة التهجد حسب الظروف الصحية والعناء اليومي.

٧ ـ أدعية الاستيقاظ:

وهذه بعضها:

ـ «**بسم الله الذي لا يضر مع اسمه شيء في الأرض ولا في السماء وهو السميع العليم**» ثلاثًا[٣].

ـ «**أصبحنا على فطرة الإسلام، وكلمة الإخلاص، وعلى دين نبينا محمد ﷺ، وعلى ملة أبينا إبراهيم حنيفاً مسلماً وماكان من المشركين**»[٤].

ـ «**أصبحنا وأصبح الملك لله، والحمد لله لا إله إلا الله وحده لاشريك له له الملك، وله الحمد، وهو على كل شيء قدير، رب أسألك خير ما في هذا اليوم وخير ما بعده، وأعوذ بك من شر هذا اليوم وشر ما بعده، رب أعوذ بك من الكسل وسوء الكبر، رب أعوذ بك من النار وعذاب القبر**»[٥].

---

(١) التهجد: اسم لدفع النوم بالتكلف، والهجود هو النوم، يقال هجد إذا نام وتهجد إذا زال النوم.

(٢) رواه البخاري.

(٣) رواه أحمد (١ ـ ٦٦) وأبوداود.

(٤) أخرجه أحمد (٣ ـ ٤٠٦) وأبوداود.

(٥) رواه مسلم.

٨ ـ الوضوء وصلاة ركعتين سنة الوضوء، وصلاة سنة الفجر في المنزل، وصلاة الفجر في المسجد :

* قال رسول الله ﷺ ـ لبلال ـ: «يابلال حدثني بأرجى عمل عملته في الإسلام، فإني سمعت دف نعليك بين يديّ في الجنة» قال: ما عملت عملاً أرجى عندي من أني لم أتطهر طهورًا في ساعة من ليل أو نهار إلا صليت بذلك الطهور ما كتب لي أن أصلي(١).

* وعن عائشة ـ رضي الله عنها ـ «أن رسول الله ﷺ كان يصلي إحدى عشرة ركعة ـ تعني في الليل ـ يسجد السجدة من ذلك قدر ما يقرأ أحدكم خمسين آية قبل أن يرفع رأسه، ويركع ركعتين قبل صلاة الفجر، ثم يضطجع على شقه الأيمن حتى يأتيه المنادي للصلاة»(٢).

* وقال ﷺ: «ليس صلاة أثقل على المنافقين من صلاة الفجر والعشاء ولو يعلمون ما فيهما لأتوهما ولو حبوًا»(٣).

٩ ـ أكل سبع تمرات على الريق :

ويا حبذا مع ماء زمزم، حيث قال النبي، ﷺ: «من تصبّح بسبع تمرات لم يضره في اليوم سم ولا سحر»(٤).

١٠ ـ قراءة ورد من القرآن لا يقل عن جزء يوميا أو حسب المستطاع :

فضل تلاوة القرآن:

* قال الله تعالى: ﴿إن الذين يتلون كتاب الله وأقاموا الصلاة وأنفقوا مما رزقناهم سرًا وعلانية يرجون تجارة لن تبور، ليوفيهم أجورهم ويزيدهم من فضله، إنه غفور شكور﴾(٥).

---

(١) متفق عليه.

(٢) رواه البخاري.

(٣) متفق عليه.

(٤) رواه مسلم.

(٥) سورة غافر، الآية: ٣٠.

* وقال ﷺ: «إن هذا القرآن مأدبة الله فاقبلوا مأدبته ما استطعتم، إن هذا القرآن حبل الله المتين، والنور المبين، والشفاء النافع، عصمة لمن تمسك به، ونجاة لمن اتبعه، لا يزيغ فيستعتب، ولا يعوج فيقوّم، ولا تنقضي عجائبه ولا يخلق من كثرة الرد[١]، اتلوه فإن الله يأجركم على تلاوته كل حرف عشر حسنات، أما إني لا أقول لكم آلم حرف، ولكن ألف حرف، ولام حرف، وميم حرف»[٢].

درجة التلاوة:

عن عائشة ـ رضي الله عنها ـ قالت: قال رسول الله ﷺ: «الماهر بالقرآن مع السفرة الكرام البررة، والذي يقرأ القرآن ويتتعتع فيه وهو عليه شاق له أجران»[٣].

ثواب التلاوة: في وصية رسول الله ﷺ لأبي ذر ـ رضي الله عنه ـ: «عليك بتلاوة القرآن فإنه نور لك في الأرض وذخر لك في السماء»[٤].

أجر التلاوة:

عن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ أن رسول الله ﷺ قال: «من استمع إلى آية من كتاب الله كتبت له حسنة مضاعفة، ومن تلاها كانت له نوراً يوم القيامة»[٥].

منزلة القاريء :

* فعن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ أن رسول الله ﷺ بعث بعثًا وهم ذوو عدد، فاستقرأهم، فاستقرأ كل رجل منهم، يعني ما معه من القرآن، فأتى على رجل منهم من أحدثهم سنًا فقال: «ما معك يا فلان؟» قال: معي كذا وكذا وسورة البقرة، قال: «أمعك سورة البقرة؟» قال: نعم. قال: «اذهب فأنت أميرهم»[٦].

---

(١) لا يخلق من كثرة الرد: أي لا تذهب جلالته وحلاوته من كثرة التلاوة.

(٢) رواه الحاكم عن ابن مسعود. ضعيف الجامع ٢٠٢٤

(٣) رواه البخاري ومسلم.

(٤) رواه ابن حبان.

(٥) رواه أحمد. ضعيف الجامع ٥٤٠٨ ـ الترغيب ٢/٢٠٦.

(٦) رواه الترمذي.

وبقدر حفظك وتلاوتك للقرآن يكون صعودك في الجنة :

* قال النبي ﷺ : «**يقال لصاحب القرآن : اقرأ وارتق ورتّل كما كنت ترتّل في الدنيا فإن منزلتك عند آخر آية تقرؤها**»[١] .

تعهد القرآن بالحفظ :

* وعنه ﷺ : «**تعاهدوا هذا القرآن، فوالذي نفس محمد بيده لهو أشد تفلتًا**[٢] **من الإبل في عقلها**»[٣] .

ونسيان القرآن ذنب عظيم :

* قال النبي ﷺ : «**عرضت عليَّ أجور أمتي حتى القذاة يخرجها الرجل من المسجد، وعرضت عليّ ذنوب أمتي، فلم أر ذنبًا أعظم من سورة من القرآن أو آية أوتيها رجل ثم نسيها**»[٤] .

دعاء حفظ القرآن :

على المسلم الذي يشكو من تفلت القرآن من صدره أن يصلي ليلة الجمعة أربع ركعات يقرأ في الأولى : بفاتحة الكتاب، وسورة يس .

ويقرأ في الثانية : بفاتحة الكتاب، وحم الدخان .

وفي الركعة الثالثة، بفاتحة الكتاب، وآلم تنزيل السجدة .

وفي الركعة الرابعة : بفاتحة الكتاب، وتبارك المفصل . ﴿**تبارك الذي بيده الملك**﴾ فإذا فرغ من التشهد فليحمد الله وليحسن الثناء عليه[٥] وليصلّ على رسول الله ﷺ

---

(١) رواه أبوداود والترمذي .

(٢) تفلتا : أي تخلصا .

(٣) متفق عليه . وعقلها جمع عقال وهو الحبل الذي يشد به البعير .

(٤) رواه أبوداود والترمذي وابن ماجه عن أنس . ضعيف الجامع ٣٧٠٠، الروض النضير ٧٢، المشكاة ٧٢٠، ضعيف أبي داود ٧١ .

(٥) فليحمد الله بأي صيغة : كالتي رواها أحمد وابن ماجه «يارب لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك» .

وعلى سائر الأنبياء وليستغفر للمؤمنين والمؤمنات ولإخوانه الذين سبقوه بالإيمان[١].

ثم ليقل: «اللهم ارحمني بترك المعاصي أبدًا ما أبقيتني، وارحمني أن أتكلف ما لا يعنيني، وارزقني حسن النظر فيما يرضيك عني».

«اللهم بديع السموات والأرض ذا الجلال والإكرام، والعزة التي لا ترام، أسألك يا الله يا رحمن، بجلالـك ونور وجهك أن تلزم قلبي حفظ كتابك كما علمتني، وارزقني أن أتلوه على النحو الذي يرضيك عني».

«اللهم بديع السموات والأرض ذا الجلال والإكرام والعزة التي لا ترام، أسألك يا الله يا رحمن بجلالك ونور وجهك، أن تنور بكتابك بصري، وأن تطلق به لساني، وأن تفرج به عن قلبي، وأن تشرح به صدري، وأن تعمل به بدني[٢] إنه لا يعينني على الحق غيرك ولا يؤتيه إلا أنت، ولا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم»[٣].

تعلم القرآن:

ففي الحديث أن رسول الله ﷺ قال لأبي ذر ـ رضي الله عنه ـ «**يأبا ذر لأن تغدو فتعلم آية من كتاب الله خير لك من أن تصلي مائة ركعة**»[٤] وقال ﷺ: «**خيركم من تعلم القرآن وعلمه**»[٥].

اداب التلاوة:

* أن يكـون القاريء على طهارة[٦] وأن يبدأ التلاوة بالاستعاذة من الشيطان الرجيم[٧].

---

(١) من مرويات مسلم، مضافًا عليه الصلاة على سائر الأنبياء حديث ابن مسعود: ربنا اغفر لنا ولإخواننا الذين سبقونا بالإيمان. هذه الجزئية من الدعاء من مرويات الإمام مسلم، ولكن تخصيص صلاة لحفظ القرآن بهذه الصفة والكيفية لم ترد في أي من دواوين السنة. والله أعلم.

(٢) تعمل به بدني: أي توفقني للأعمال الصالحة.

(٣) رواه الترمذي.

(٤) رواه ابن ماجه بإسناد حسن، ويعضده حديث مسلم وأبي داود في هذا المعنى.

(٥) رواه البخاري وأبوداود والترمذي.

(٦) لقوله تعالى: ﴿**لا يمسه إلا المطهرون**﴾ الواقعة: ٧٩.

(٧) لقوله تعالى: ﴿**فإذا قرأت القرآن فاستعذ بالله من الشيطان الرجيم**﴾ سورة النحل: ٩٨.

* الخشوع في التلاوة: قال رسول الله ﷺ: «**إن هذا القرآن نزل بحزن، فإذا قرأتموه فابكوا، فإن لم تبكوا فتباكوا، وتغنوا به، فمن لم يتغن بالقرآن فليس منا**»(١).

* تحسين الصوت بالتلاوة: قال رسول الله ﷺ: «**إن من أحسن الناس صوتًا بالقرآن الذي إذا سمعتموه يقرأ حسبتموه يخشى الله**»(٢).

* تقطيع القراءة: كان رسول الله ﷺ يقطع قراءته يقول: «**الحمد لله رب العالمين، ثم يقف، الرحمن الرحيم، ثم يقف، وكان يقرؤها ملك يوم الدين**»(٣).

* القراءة بتفكر وتدبر: لقوله تعالى: ﴿**كتابٌ أنزلناه إليك مباركاً ليدبروا آياته وليتذكر أولوا الألباب**﴾(٤).

* السجود للتلاوة عند آيات السجدة: فعن عائشة ـ رضي الله عنها ـ قالت: كان النبي ﷺ يقول في سجود القرآن بالليل، يقول في أول السجدة مرارًا: «**سجد وجهي للذي خلقه وشق سمعه وبصره بحوله وقوته**»(٥).

* الدعاء بمواطن الخير، والتعوذ عند مواطن الشر والعذاب، وشكر الله في مواطن الشكر وتسبيحه عند مواطن التسبيح. قال الإمام النووي ـ رضي الله عنه ـ: يسن لكل من قرأ في صلاة أو غيرها إذا مر بآية رحمة أن يسأل الله تعالى من فضله، وإذا مر بآية عذاب أن يستعيذ به من النار، أو من العذاب أو من الشر، أو من المكروه، وأن يشكر الله إذا مر بآية ﴿**الحمد لله الذي خلق السموات والأرض**﴾ ﴿**الحمد لله الذي أنزل على عبده الكتاب**﴾ وإذا مر بآية تنزيه لله نزه الله فقال: سبحانه وتعالى، أو تبارك الله رب العالمين، أو جلت عظمة ربنا، أو نحو ذلك.

* وعن حذيفة بن اليمان ـ رضي الله عنه ـ قال: «**صليت مع النبي ﷺ فافتتح**

---

(١) (٢) رواه ابن ماجه. ومحمد بن نصر في كتاب الصلاة والبيهقي عن سعد بن أبي وقاص. الترغيب ٤/٢١٥، ضعيف الجامع ٢٠٢٥ ـ ٦٢٦.

(٣) رواه الترمذي.

(٤) سورة ص، الآية: ٢٩.

(٥) رواه أصحاب السنن.

«البقرة» فقلت يركع عند المائة ثم مضى، فقلت يصلي بها في ركعة فمضى، فقلت يركع بها، ثم افتتح آل عمران فقرأها، ثم افتتح النساء فقرأها، يقرأ مسترسلاً، إذا مر بآية تسبيح سبح، وإذا مر بسؤال سأل، وإذا مر بتعوذ تعوذ»(١).

ويستحب لكل من قرأ ﴿أليس الله بأحكم الحاكمين﴾ أن يقول: بلى وأنا على ذلك من الشاهدين، وإذا قرأ: ﴿أليس ذلك بقادر على أن يحيى الموتى﴾ قال: بلى أشهد، وإذا قرأ: ﴿فبأي حديث بعده يؤمنون﴾ قال: آمنت بالله، وإذا قرأ: ﴿سبح اسم ربك الأعلى﴾ قال: «سبحان ربي الأعلى» يقول هذا في الصلاة وغيرها.

* **فضل الذكر بقراءة القرآن:**

عن أنس ـ رضي الله عنه ـ أن رسول الله ﷺ قال: «**من قرأ في يوم وليلة خمسين آية لم يكتب من الغافلين، ومن قرأ مائة آية كتب من القانتين ومن قرأ مائتي آية لم يحاجه القرآن يوم القيامة، ومن قرأ خمسمائة كتب له قنطار من الأجر**»(٢).

* **مدة ختم القرآن:**

عن عبدالله بن عمرو بن العاص ـ رضي الله عنهما ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «**لا يفقه من قرأ القرآن في أقل من ثلاث**»(٣).

فأقل مدة لختم القرآن ثلاثة أيام، ويكره في أقل من ذلك، كما يكره أن يتم ختم القرآن في أكثر من شهر، والحد الوسط أن يختم في كل أسبوع مرة.

* **مجلس الاستماع:**

يستحسن الاجتماع لسماع كتاب الله تبارك وتعالى ممن يحسن تلاوته، وعلى القاريء في مجلس الاستماع أن يقرأ قراءة مرسلة يلاحظ فيها آداب التلاوة، وعلى المستمع أن ينصت ويفكر في المعاني، وأن يكون في غاية الخشوع والتوقير والتعظيم

---

(١) رواه مسلم.

(٢) رواه ابن السني في كتابه وفي رواية عن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «من قرأ عشر آيات لم يكتب من الغافلين».

(٣) رواه أبوداود وابن ماجه والترمذي.

لكتاب الله تبارك وتعالى، وأن يستحضر الآية الكريمة ﴿وإذا قرئ القرآن فاستمعوا له وأنصتوا لعلكم ترحمون﴾(١).

ولقد كان أصحاب رسول الله ﷺ، يستمعون القرآن وكأن على رءوسهم الطير.

ويستحب إذا حضر مجلس الاستماع أهل العلم أن يلخصوا مقاصد ما تلي من آيات.

* **ورد الحفظ**: يستحب للمسلم أن يجتهد ما استطاع في حفظ ما يمكن من القرآن الكريم فيرتب على نفسه كل ليلة آية أو آيات بقدر طاقته يحفظها حفظاً جيداً، وبهذه الطريقة التدريجية يمكنه أن يحفظ الشيء الكثير من كتاب الله تعالى.

١١ - التعود على ورد يومي من الأذكار والأدعية حسب المواقيت والظروف:

وللمزيد من الأدعية والأذكار يمكن الرجوع إلى الكتب التالية:

١ - عمل اليوم والليلة لابن السني.

٢ - الأذكار للنووي.

٣ - تحفة الذاكرين للشوكاني.

وإليك أخي الكريم نموذج لورد يومي لبعض الأدعية والأذكار:(٢)

- أعوذ بالله السميع العليم من الشيطان الرجيم(٣).

بسم الله الرحمن الرحيم «الحمد لله رب العالمين، الرحمن الرحيم، مالك يوم الدين(٤)، إياك نعبد، وإياك نستعين، اهدنا الصراط المستقيم، صراط الذين أنعمت عليهم، غير المغضوب عليهم، ولا الضالين»(٥).

---

(١) سورة الأعراف، الآية: ١٠٤.

(٢) من رسالة المأثورات.

(٣) قال الله تعالى: **﴿فإذا قرأت القرآن فاستعذ بالله من الشيطان الرجيم﴾** وأخرج ابن السني أن النبي ﷺ قال: **«من قال حين يصبح أعوذ بالله السميع العليم من الشيطان الرجيم، أجير من الشيطان حتى يمسي»**.

(٤) مالك يوم الدين: أي يوم الجزاء وهو يوم القيامة.

(٥) في حديث أبي بن كعب - رضي الله عنه - عن النبي ﷺ قال: **«والذي نفسي بيده ما أنزلت في التوراة** =

﴿لله ما في السموات وما في الأرض، وإن تبدوا ما في أنفسكم أو تخفوه يحاسبكم به الله، فيغفر لمن يشاء ويعذب من يشاء والله على كل شيء قدير، آمن الرسول بما أنزل إليه من ربه والمؤمنون كلٌّ آمن بالله وملائكته وكتبه ورسله لا نفرق بين أحد من رسله وقالوا سمعنا وأطعنا غفرانك ربنا وإليك المصير، لا يكلف الله نفساً إلا وسعها لها ما كسبت وعليها ما اكتسبت، ربنا لا تؤاخذنا إن نسينا أو أخطأنا، ربنا ولا تحمل علينا إصراً[١] كما حملته على الذين من قبلنا، ربنا ولا تحملنا ما لا طاقة لنا به واعف عنا واغفر لنا وارحمنا أنت مولانا فانصرنا على القوم الكافرين﴾.

- بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿آلم الله لا إله إلا هو الحي القيوم﴾[٢].

- ﴿وعنت الوجوه[٣] للحي القيوم وقد خاب من حمل ظلما، ومن يعمل من الصالحات وهو مؤمن فلا يخاف ظلماً ولا هضماً﴾[٤].

- ﴿حسبي الله لا إله إلا هو عليه توكلت وهو رب العرش العظيم﴾[٥] (سبعاً).

- ﴿قل ادعو الله أو ادعو الرحمن أيًّا ما تدعو فله الأسماء الحسنى، ولا تجهر بصلاتك ولا تخافت بها وابتغ بين ذلك سبيلاً، وقل الحمد لله الذي لم يتخذ ولداً ولم يكن له شريك في الملك ولم يكن له ولي من الذل وكبره تكبيراً﴾[٦].

- ﴿أفحسبتم أنما خلقناكم عبثاً وأنكم إلينا لا ترجعون فتعالى الله الملك الحق لا

---

(١) ولا تحمل علينا إصرًا: الإصر الذي يثقل حمله. سورة البقرة: الآية: ٢٨٦.

(٢) سورة آل عمران، الآية: ٢.

(٣) وعنت الوجوه للحي القيوم: أي خشعت لله تعالى.

(٤) ولا هضما: أي لا ينقص من حسناته. سورة طه، الآية: ١١٢.

(٥) سورة التوبة، الآية: ١٢٩. فعن أبي الدرداء - رضي الله عنه - عن النبي ﷺ: «من قال في كل يوم حين يصبح وحين يمسي حسبي الله لا إله إلا هو عليه توكلت وهو رب العرش العظيم سبع مرات كفاه الله ما أهمه من أمر الدنيا والآخرة» أخرجه ابن عساكر وابن السني.

(٦) عن أبي موسى الأشعري - رضي الله عنه - قال: قال رسول الله ﷺ: «من قرأ في مصبح أو ممسى: قل ادعو الله أو ادعو الرحمن... إلى آخر السورة، لم يمت قلبه في ذلك اليوم ولا تلك الليلة» أخرجه الديلمي. سورة الإسراء، الآيتان: ١١٠ - ١١١.

بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿آلم، ذلك الكتاب لاريب فيه، هدى للمتقين، الذين يؤمنون بالغيب ويقيمون الصلاة، ومما رزقناهم ينفقون، والذين يؤمنون بما أنزل إليك وما أنزل من قبلك وبالآخرة هم يوقنون، أولئك على هدى من ربهم وأولئك هم المفلحون﴾[١]،[٢]

ـ ﴿الله لا إله إلا هو الحي القيوم[٣] لا تأخذه سنة ولا نوم، له ما في السموات وما في الأرض، من ذا الذي يشفع عنده إلا بإذنه، يعلم ما بين أيديهم وما خلفهم ولا يحيطون بشيء من علمه إلا بما شاء، وسع كرسيه السموات والأرض ولا يؤوده حفظهما وهو العلي العظيم، لا إكراه في الدين قد تبين الرشد من الغي، فمن يكفر بالطاغوت[٤] ويؤمن بالله فقد استمسك بالعروة الوثقى لا انفصام لها والله سميع عليم، الله ولي الذين آمنوا يخرجهم من الظلمات إلى النور والذين كفروا أولياؤهم الطاغوت يخرجونهم من النور إلى الظلمات، أولئك أصحاب النار هم فيها خالدون﴾[٥]، [٦]

= ولا في الإنجيل ولا في الزبور ولا في الفرقان مثلها «الفاتحة» وإنها سبع من المثاني والقرآن العظيم الذي أعطيته» رواه الترمذي وقال حديث حسن. . وروى أبوداود وغيره عن رسول الله ﷺ قال: «كل أمر ذي بال لا يبدأ فيه باسم الله الرحمن الرحيم فهو أقطع» أي قليل البركة.

(١) ذلك الكتاب: أي القرآن. لا ريب فيه: أي لا شك فيه إنه من عند الله تعالى.

(٢) سورة البقرة، الآيات: ١ ـ ٥.

وقد روى الدارمي والبيهقي في الشعب عن ابن مسعود ـ رضي الله عنه ـ قال: «من قرأ عشر آيات من سورة البقرة أول النهار لم يقربه شيطان حتى يمسي، وإن من قرأها حين يمسي لم يقربه شيطان حتى يصبح، ولا يرى شيئًا يكرهه في أهله وماله». وروى الطبراني في الكبير والحاكم وصححه أن النبي ﷺ قال: «من قرأ عشر آيات، أربعًا من أول البقرة وآية الكرسي وآيتين بعدها وخواتيمها لم يدخل ذلك البيت شيطان حتى يصبح».

(٣) القيوم: القائم بتدبير شئون خلقه، والسِّنة: النعاس.

(٤) الطاغوت: الشيطان.

(٥) العروة الوثقى: العقد المحكم.

(٦) البقرة: ٢٥٥ ـ ٢٥٧.

إله إلا هو رب العرش الكريم، ومن يدع مع الله إلهاً آخر لا برهان له به فإنما حسابه عند ربه، إنه لا يفلح الكافرون، وقل رب اغفر وارحم وأنت خير الراحمين﴾[١].

- ﴿فسبحان الله حين تمسون وحين تصبحون، وله الحمد في السموات والأرض وعشياً وحين تظهرون، يخرج الحي من الميت ويخرج الميت من الحي، ويحيى الأرض بعد موتها وكذلك تخرجون، ومن آياته أن خلقكم من تراب ثم إذا أنتم بشرٌ تنتشرون، ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجاً لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة، إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون، ومن آياته خلق السموات والأرض واختلاف ألسنتكم وألوانكم إن في ذلك لآيات للعالمين، ومن آياته منامكم بالليل والنهار وابتغاؤكم من فضله إن في ذلك لآيات لقوم يسمعون، ومن آياته يريكم البرق خوفاً وطمعاً وينزل عليكم من السماء ماء فيحيي به الأرض بعد موتها إن في ذلك لآيات لقوم يعقلون، ومن آياته أن تقوم السماء والأرض بأمره، ثم إذا دعاكم دعوة من الأرض إذا أنتم تخرجون، وله من في السموات والأرض كلٌّ له قانتون﴾[٢].

- بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿حمٓ، تنزيل الكتاب من الله العزيز العليم، غافر الذنب وقابل التوب، شديد العقاب ذي الطول، لا إله إلا هو إليه المصير﴾[٣].

---

(١) عن محمد بن إبراهيم التيمي عن أبيه قال: وجهنا رسول الله ﷺ في سرية فأمرنا أن نقرأ إذا أمسينا وإذا أصبحنا: ﴿أفحسبتم أنما خلقناكم عبثا﴾ الآيات. فقرأناها فغنمنا وسلمنا.. أخرجه ابن السني وأبونعيم وابن منده.

(٢) عن ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ أن رسول الله ﷺ قال: «من قال حين يصبح: ﴿فسبحان الله حين تمسون وحين تصبحون ـ إلى ـ وكذلك تخرجون﴾ أدرك ما فاته في يومه ذلك، ومن قالهن حين يمسي أدرك ما فاته في ليلته» رواه أبوداود. ضعيف جدًا، ضعيف الجامع ٥٧٣٣ ـ ٩٩٦، المشكاة ٢٣٩٤، الترغيب ١/٢٢٥.

(٣) عن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «من قرأ ﴿حم ـ إلى ـ إليه المصير﴾ وآية الكرسي حين يصبح حفظ بهما حتى يمسي، ومن قرأهما حين يمسي حفظ بهما حتى يصبح» (أخرجه الترمذي والدارمي وابن السني). ضعيف الجامع ٥٧٦٩ ـ ١٠١١، المشكاة ٢١٤٤.

- ﴿هو الله الذي لا إله إلا هو عالم الغيب والشهادة هو الرحمن الرحيم، هو الله الذي لا إله إلا هو الملك القدوس السلام المؤمن المهيمن العزيز الجبار المتكبر سبحان الله عما يشركون، هو الله الخالق البارىء المصور له الأسماء الحسنى يسبح له ما في السموات والأرض وهو العزيز الحكيم﴾ (١).

- بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿إذا زلزلت الأرض زلزالها، وأخرجت الأرض أثقالها وقال الإنسان ما لها، يومئذ تحدث أخبارها، بأن ربك أوحى لها، يومئذ يصدر الناس أشتاتاً ليروا أعمالهم، فمن يعمل مثقال ذرة خيراً يره، ومن يعمل مثقال ذرة شراً يره﴾ (٢).

- بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿قل يا أيها الكافرون، لا أعبد ما تعبدون، ولا أنتم عابدون ما أعبد، ولا أنا عابد ما عبدتم، ولا أنتم عابدون ما أعبد، لكم دينكم ولي دين﴾ (٣).

- بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿إذا جاء نصر الله والفتح، ورأيت الناس يدخلون في دين الله أفواجاً، فسبح بحمد ربك واستغفره، إنه كان تواباً﴾ (٤).

---

(١) عن أبي أمامة - رضي الله عنه - عن النبي ﷺ قال: «من قرأ خواتيم الحشر في ليل أو نهار، فمات في ذلك اليوم أو الليلة فقد ضمن الله له الجنة» (أخرجه البيهقي). ضعيف جدًا، ضعيف الجامع ٥٧٧٠، الضعيفة ٤٦٣١.

(٢) في حديث ابن عباس - رضي الله عنهما - مرفوعًا: «﴿إذا زلزلت﴾ تعدل نصف القرآن» (رواه الترمذي والحاكم). أخرجه الترمذي والحاكم والبيهقي. ضعيف الجامع ٥٣١ - تخريج الترغيب ٢/٢٢٣ - ٢٢٤.

(٣) في حديث ابن عباس - رضي الله عنهما -: «﴿قل يا أيها الكافرون﴾ تعدل ربع القرآن» رواه الترمذي والحاكم. أخرجه الترمذي والحاكم والبيهقي. ضعيف الجامع ٥٣١ - تخريج الترغيب ٢/٢٢٣ - ٢٢٤.

(٤) في حديث أنس - رضي الله عنه - أن رسول الله ﷺ قال لرجل من أصحابه: «أليس معك ﴿إذا جاء نصر الله والفتح﴾» قال: بلى. قال: «ربع القرآن» (رواه الترمذي).

- بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿قل هو الله أحد، الله الصمد، لم يلد، ولم يولد، ولم يكن له كفواً أحد﴾ (ثلاثاً).

- بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿قل أعوذ برب الفلق، من شر ما خلق، ومن شر غاسق إذا وقب، ومن شر النفاثات في العقد، ومن شر حاسد إذا حسد﴾ (ثلاثاً).

- ﴿قل أعوذ برب الناس، ملك الناس، إله الناس، من شر الوسواس الخناس، الذي يوسوس في صدور الناس من الجنة والناس﴾ (ثلاثاً) (١).

- «أصبحنا وأصبح الملك لله، والحمد لله لا شريك له، لا إله إلا هو وإليه النشور» (ثلاثاً).

وإذا أمسى قال: «أمسينا وأمسى الملك لله، والحمد لله لا شريك له، لا إله إلا هو وإليه المصير» (ثلاثاً) (٢).

- «أصبحنا على فطرة الإسلام، وكلمة الإخلاص، وعلى دين نبينا محمد، ﷺ، وعلى ملة أبينا إبراهيم حنيفاً وما كان من المشركين» (ثلاثاً) (٣).

- «اللهم إني أصبحت منك في نعمة وعافية وستر، فأتم علي نعمتك وعافيتك وسترك في الدنيا والآخرة» (ثلاثاً) (٤).

- «اللهم ما أصبح بي من نعمة أو بأحد من خلقك، فمنك وحدك لا شريك لك، فلك الحمد ولك الشكر» (ثلاثاً) (٥).

- «يارب لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك» (ثلاثًا) (٦).

---

(١) عن عبدالله بن خبيب - رضي الله عنه - أنه قال: خرجنا في ليلة مطر وظلمة شديدة نطلب رسول الله ﷺ ليصلي لنا فأدركناه، فقال: «قل» فلم أقل شيئًا، ثم قال: «قل» فلم أقل شيئًا. ثم قال: «قل»، فقلت: يارسول الله ما أقول؟ قال: «﴿قل هو الله أحد﴾ والمعوذتين حين تمسي وحين تصبح ثلاث مرات تكفيك من كل شيء» (أخرجه أبوداود والترمذي والنسائي).

(٢) أخرجه ابن السني والبزار والبيهقي.

(٣) أخرجه عبدالله بن الإمام أحمد في زوائده.

(٤) رواه ابن السني.

(٥) رواه أبوداود والنسائي وابن حبان.

(٦) رواه الإمام أحمد وابن ماجة.

- «يا حي يا قيوم برحمتك أستغيث»(١).
- ﴿ربنا تقبل منا إنك أنت السميع العليم، ربنا واجعلنا مسلمين لك ومن ذريتنا أمة مسلمة لك، وأرنا مناسكنا وتب علينا، إنك أنت التواب الرحيم﴾(٢).
- ﴿رب اجعلني مقيم الصلاة ومن ذريتي، ربنا وتقبل دعاء، ربنا اغفر لي ولوالدي وللمؤمنين يوم يقوم الحساب﴾(٣).
- ﴿رب هب لي حكماً وألحقني بالصالحين، واجعل لي لسان صدق في الآخرين، واجعلني من ورثة جنة النعيم﴾(٤).
- ﴿ربنا عليك توكلنا وإليك أنبنا وإليك المصير، ربنا لا تجعلنا فتنة للذين كفروا واغفر لنا، ربنا إنك أنت العزيز الحكيم﴾(٥).
- ﴿رب أدخلني مدخل صدق وأخرجني مخرج صدق، واجعل لي من لدنك سلطاناً نصيراً﴾(٦).
- ﴿رب اشرح لي صدري ويسر لي أمري، واحلل عقدة من لساني يفقهوا قولي﴾(٧).
- ﴿رب إني ظلمت نفسي فاغفر لي﴾(٨).
- ﴿رب إني لما أنزلت إليَّ من خير فقير﴾(٩).

---

(١) رواه الترمذي.
(٢) سورة البقرة، الآيتان: ١٢٧، ١٢٨.
(٣) سورة إبراهيم، الآيتان: ٤٠، ٤١.
(٤) سورة الشعراء، الآيات: ٨٣ ـ ٨٥.
(٥) سورة الممتحنة، الآيتان: ٤، ٥.
(٦) سورة الإسراء، الآية: ٨٠.
(٧) سورة طه، الآيتان: ٢٥، ٢٦.
(٨) سورة القصص، الآية: ١٦.
(٩) سورة القصص، الآية: ٢٤.

- ﴿رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت عليَّ وعلى والديَّ وأن أعمل صالحاً ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين﴾ (١).

- ﴿رب هب لي من لدنك ذرية طيبة إنك سميع الدعاء﴾ (٢).

- ﴿رب لا تذرني فرداً وأنت خير الوارثين﴾ (٣).

- ﴿لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين﴾ (٤).

- ﴿ربنا ظلمنا أنفسنا وإن لم تغفر لنا وترحمنا لنكونن من الخاسرين﴾ (٥).

- ﴿رب إني أعوذ بك أن أسألك ما ليس لي به علم وإلا تغفر لي وترحمني أكن من الخاسرين﴾ (٦).

- ﴿ربنا آتنا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب النار﴾ (٧).

- ﴿ربنا ما خلقت هذا باطلاً سبحانك فقنا عذاب النار، ربنا إنك من تدخل النار فقد أخزيته وما للظالمين من أنصار، ربنا إننا سمعنا منادياً ينادي للإيمان أن آمنوا بربكم فآمنا، ربنا فاغفر لنا ذنوبنا وكفر عنا سيئاتنا وتوفنا مع الأبرار، ربنا وآتنا ما وعدتنا على رسلك ولا تخزنا يوم القيامة إنك لا تخلف الميعاد﴾ (٨).

- ﴿ربنا لا تجعلنا فتنة للقوم الظالمين، ونجنا برحمتك من القوم الكافرين﴾ (٩).

- ﴿ربنا اغفر لنا ولإخواننا الذين سبقونا بالإيمان ولا تجعل في قلوبنا غلاً للذين آمنوا ربنا إنك رؤوف رحيم﴾ (١٠).

---

(١) سورة النمل، الآية: ١٩.

(٢) سورة آل عمران، الآية: ٣٨.

(٣) سورة الأنبياء، الآية: ٨٩.

(٤) سورة الأنبياء، الآية: ٨٧.

(٥) سورة الأعراف، الآية: ٢٣.

(٦) سورة هود، الآية: ٤٧.

(٧) سورة البقرة، الآية: ٢٠١.

(٨) سورة آل عمران، الآيات: ١٩١ ـ ١٩٤.

(٩) سورة يونس، الآيتان: ٨٥ ـ ٨٦. (١٠) سورة الحشر، الآية: ١٠.

ـ ﴿رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحاً ترضاه وأصلح لي في ذريتي إني تبت إليك وإني من المسلمين﴾[١].

ـ ﴿ربنا أتمم لنا نورنا واغفر لنا إنك على كل شيء قدير﴾[٢].

ـ ﴿ربنا لا تزغ قلوبنا بعد إذ هديتنا وهب لنا من لدنك رحمة إنك أنت الوهاب، ربنا إنك جامع الناس ليوم لا ريب فيه، إن الله لا يخلف الميعاد﴾[٣].

ـ ﴿ربنا إننا آمنا فاغفر لنا ذنوبنا وقنا عذاب النار﴾[٤].

ـ ﴿ربنا آمنا بما أنزلت واتبعنا الرسول فاكتبنا مع الشاهدين﴾[٥].

ـ ﴿ربنا آتنا من لدنك رحمة وهيء لنا من أمرنا رشدا﴾[٦].

ـ ﴿ربنا اصرف عنا عذاب جهنم إن عذابها كان غراما، إنها ساءت مستقراً ومقاما﴾[٧].

ـ ﴿ربنا هب لنا من أزواجنا وذرياتنا قرة أعين، واجعلنا للمتقين إماما﴾[٨].

ـ ﴿ربنا اغفر لنا ذنوبنا وإسرافنا في أمرنا وثبت أقدامنا وانصرنا على القوم الكافرين﴾[٩].

ـ «رضيت بالله رباً، وبالإسلام ديناً، وبمحمد نبياً ورسولا» (ثلاثاً)[١٠].

---

(١) سورة الأحقاف، الآية: ١٥.

(٢) سورة التحريم، الآية: ٨.

(٣) سورة آل عمران، الآيتان: ٨، ٩.

(٤) سورة آل عمران، الآية: ١٦.

(٥) سورة آل عمران، الآية: ٣٥.

(٦) سورة الكهف، الآية: ١٠.

(٧) سورة الفرقان، الآيتان: ٦٥، ٦٦.

(٨) سورة الفرقان، الآية: ٧٤.

(٩) سورة آل عمران، الآية: ١٧٤.

(١٠) رواه مسلم والترمذي والنسائي والحاكم.

- «سبحان الله وبحمده، عدد خلقه، ورضا نفسه، وزنة عرشه، ومداد كلماته» (ثلاثاً)[١].

- «بسم الله الذي لا يضر مع اسمه شيء في الأرض ولا في السماء وهو السميع العليم» (ثلاثاً)[٢].

- «بسم الله توكلت على الله ولا حول ولا قوة إلا بالله»[٣].

- «بسم الله على نفسي وديني، بسم الله على أهلي ومالي، بسم الله على كل شيء أعطاني ربي، بسم الله خير الأسماء، بسم الله رب الأرض والسماء، بسم الله الذي لا يضر مع اسمه داء»[٤].

- «بسم الله الكبير، نعوذ بالله العظيم من شر كل عرق نعار، ومن شر حر النار»[٥].

- «اللهم أنت ربي لا إله إلا أنت عليك توكلت وأنت رب العرش العظيم، ما شاء الله كان وما لم يشأ لم يكن ولا حول ولا قوة إلا بالله، أعلم أن الله على كل شيء قدير وأن الله قد أحاط بكل شيء علما وأحصى كل شيء عددا، اللهم إني أعوذ بك من شر نفسي وشر الشيطان وشركه ومن شر كل دابة أنت آخذ بناصيتها، إن ربي على صراط مستقيم»[٦].

- «اللهم إنا نعوذ بك من أن نشرك بك شيئاً نعلمه، ونستغفرك لما لا نعلمه» (ثلاثاً)[٧].

- «أعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق»[٨].

---

(١) رواه مسلم.

(٢) رواه أبوداود والترمذي.

(٣) رواه أبوداود والنسائي والترمذي.

(٤) رواه ابن سعد وابن السني والحاكم.

(٥) رواه أحمد والترمذي والحاكم.

(٦) زاد المعاد جـ٣ صفحة ١١٨، ١١٩.

(٧) رواه أحمد والطبراني بإسناد جيد.

(٨) رواه ابن حبان في صحيحه.

ـ «اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، وأعوذ بك من العجز والكسل، وأعوذ بك من الجبن والبخل، وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال» (ثلاثاً) (١).

ـ «لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير» (عشرا) (٢).

ـ «لا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم، أعلم أن الله على كل شيء قدير وأن الله قد أحاط بكل شيء علما، اللهم إني أعوذ بك من شر نفسي، ومن شر كل دابة أنت آخذ بناصيتها، إن ربي على صراط مستقيم» (٣).

ـ «حسبي الله ونعم الوكيل» (ثلاثاً) (٤).

ـ «وأفوض أمري إلى الله، إن الله بصير بالعباد» (٥).

ـ «لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين» (٦).

ـ «لا إله إلا الله العظيم الحليم، لا إلهٰ إلا الله رب العرش العظيم، لا إله إلا الله رب السموات ورب الأرض ورب العرش الكريم، لا إله إلا الله الحليم الكريم لا إله إلا الله رب العرش العظيم، لا إله إلا الله رب السموات ورب الأرض ورب العرش الكريم» (٧).

ـ «لا إله إلا الله الكريم العظيم سبحانه، تبارك الله رب العرش العظيم، الحمد لله رب العالمين» (٨).

---

(١) أخرجه أبوداود.

(٢) رواه أحمد والطبراني وسعيد بن منصور.

(٣) رواه ابن السني.

(٤) رواه أبوداود.

(٥) سورة غافر، الآية: ٤٤.

(٦) قال النبي ﷺ: «إني لأعلم كلمة لا يقولها مكروب إلا فرج الله عنه كلمة أخي يونس عليه السلام: ﴿فنادى في الظلمات أن لا إله إلا أنت سبحانك...﴾» (رواه ابن السني).

(٧) رواه البخاري ومسلم وأبوعوانة.

(٨) رواه النسائي وابن السني.

- «توكلت على الحي الذي لا يموت، ﴿الحمد لله الذي لم يتخذ ولدًا ولم يكن له شريك في الملك ولم يكن له ولي من الذل وكبره تكبيرا﴾ (١).

- «اللهم رحمتك أرجو، فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين، وأصلح لي شأني كله، لا إله إلا أنت» (٢).

- «اللهم عافني في بدني، اللهم عافني في سمعي، اللهم عافني في بصري» (ثلاثًا)(٣).

- «اللهم إني أعوذ بك من الكفر والفقر، اللهم إني أعوذ بك من عذاب القبر لا إله إلا أنت» (ثلاثًا) (٤).

- «اللهم أنت ربي لا إله إلا أنت، خلقتني وأنا عبدك وأنا على عهدك ووعدك ما استطعت، أعوذ بك من شر ما صنعت، أبوء لك بنعمتك علي، وأبوء بذنبي فاغفر لي فإنه لا يغفر الذنوب إلا أنت» (ثلاثًا)(٥).

- «اللهم إني أسألك العافية في الدنيا والآخرة، اللهم أسألك العفو والعافية في ديني ودنياي، وأهلي ومالي، اللهم استر عوراتي، وآمن روعاتي، اللهم احفظني من بين يدي ومن خلفي، وعن يميني وعن شمالي، ومن فوقي وأعوذ بعظمتك أن أغتال من تحتي» (٦).

- «أستغفر الله الذي لا إله إلا هو الحي القيوم وأتوب إليه» (ثلاثًا) (٧).

- «سبحان الله، والحمد لله، ولا إله إلا الله، والله أكبر» (مائة)(٨).

---

(١) رواه الحاكم.

(٢) رواه أبوداود.

(٣) (٤) رواه أبوداود.

(٥) رواه البخاري.

(٦) الكلم الطيب لابن تيمية (٢٧).

(٧) رواه أبوداود والترمذي والحاكم.

(٨) أخرجه الترمذي.

- «سبحانك الله وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك وأتوب إليك» (ثلاثًا)(١).

- «سبحان الله عدد ما خلق في السماء، وسبحان الله عدد ما خلق في الأرض، وسبحان الله عدد ما بين ذلك، وسبحان الله عدد ما هو خالق، والله أكبر مثل ذلك، والحمد لله مثل ذلك، ولا حول ولا قوة إلا بالله مثل ذلك»(٢).

- «اللهم إني عبدك وابن عبدك، وابن أمتك، ناصيتي بيدك، ماض في حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك، سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك أو علمته أحدًا من خلقك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك، أن تجعل القرآن ربيع قلبي ونور بصري، وجلاء حزني وذهاب همي»(٣).

- «اللهم صلي على سيدنا محمد وعلى آل سيدنا محمد كما صليت على سيدنا إبراهيم وعلى آل سيدنا إبراهيم، وبارك على سيدنا محمد وعلى آل سيدنا محمد، كما باركت على سيدنا إبراهيم وعلى آل سيدنا إبراهيم، في العالمين، إنك حميد مجيد» (عشرًا)(٤).

- «اللهم صلي على سيدنا محمد عبدك ونبيك ورسولك النبي الأمي وعلى آله وأصحابه وسلم تسليمًا عدد ما أحاط به علمك، وخط به قلمك، وأحصاه كتابك، وارض اللهم عن سادتنا أبي بكر وعمر وعثمان وعلي، وعن الصحابة أجمعين، وعن التابعين وتابعيهم بإحسان إلى يوم الدين»

- «سبحان ربك رب العزة عما يصفون وسلامٌ على المرسلين والحمد لله رب العالمين».

---

(١) رواه النسائي والطبراني والحاكم.

(٢) أخرجه أبوداود والترمذي.

(٣) أخرجه ابن حبان والبزار.

(٤) رواه الطبراني.

١٢ ـ الرياضة البدنية إيمانا بتقوية الجسم واستعدادا للجهاد في سبيل الله :

ـ قال رسول الله ﷺ: «من لم يغز ولم تحدثه نفسه عن الغزو مات ميتة جاهلية»[١].

والرياضة مفيدة للوقاية من كثير من الأمراض، قال رسول الله ﷺ: «المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كلٍّ خير»[٢].

١٣ ـ عند شرب أي ساخن يضاف إليه بعض النقط من زيت الحبة السوداء :

وعند شرب أي سائل يضاف إليه عسل النحل بدلاً من السكر.

قال رسول الله ﷺ: «إن هذه الحبة السوداء شفاءٌ من كل داء إلا من السام»[٣].

وقال الله تعالى: ﴿يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه فيه شفاءٌ للناس﴾[٤].

١٤ ـ الانشغال طوال اليوم بالذكر والدعاء :

ولا يترك المسلم دقيقة من وقته إلا وهو ذاكر لربه، ولا يترك أية مناسبة إلا ويكون فيها ذكر ودعاء.

قال الله تبارك وتعالى: ﴿الذين يذكرون الله قيامًا وقعودًا وعلى جنوبهم﴾[٥].

وقال ﷺ: «نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس، الصحة والفراغ»[٦] ـ أي الوقت ـ.

وإليك أخي القارئ المسلم نماذج من عمل اليوم والليلة :

* إذا أفاق من نومه قال:

«الحمد لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور»[٧].

---

(١) رواه مسلم.

(٢) رواه مسلم.

(٣) رواه البخاري. والسام هو الموت.

(٤) سورة النحل، الآية: ٦٩.

(٥) سورة آل عمران، الآية: ١٩١.

(٦) رواه البخاري.

(٧) رواه البخاري ومسلم.

ـ إذا رأى نور الفجر قال:

«أصبحنا وأصبح الملك لله، والحمد لله والخلق والأمر والليل والنهار وما سكن فيهما لله» (١).

ـ إذا نظر إلى السماء قال:

«ربنا ما خلقت هذا باطلاً سبحانك، فقنا عذاب النار» (٢).

ـ إذا دخل الخلاء قال:

«بسم الله، اللهم إني أعوذ بك من الخبث والخبائث» (٣).

ـ إذا خرج من الخلاء قال:

«غفرانك، الحمد لله الذي أذهب عنا الأذى وعافاني» (٤).

ـ إذا أراد الوضوء قال:

«بسم الله، اللهم اغفر لي ذنبي، ووسع لي في داري، وبارك لي في رزقي» (٥).

ـ إذا فرغ من الوضوء قال:

«أشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له وأشهد أن محمداً عبده ورسوله» (٦).

ـ إذا خلع ثوباً قال:

«بسم الله الذي لا إله إلا هو» (٧).

ـ إذا لبس ثوباً قال:

«الحمد لله الذي كساني ما أُداري به عورتي وأتجمل به في حياتي» (٨).

---

(١) رواه الطبراني.

(٢) سورة آل عمران، الآية: ١٩١.

(٣) رواه البخاري ومسلم.

(٤) رواه أبوداود والترمذي.

(٥) رواه النسائي وابن السني.

(٦) رواه مسلم والترمذي.

(٧) رواه ابن السني. (٨) رواه الترمذي.

ـ إذا سمع الأذان قال:

«اللهم رب هذه الدعوة التامة والصلاة القائمة آت محمداً الوسيلة والفضيلة وابعثه مقاماً محموداً الذي وعدته» (١) .

ـ إذا مشى إلى المسجد قال:

«اللهم اجعل في قلبي نوراً، وفي بصري نوراً، وفي سمعي نوراً، وعن يميني نوراً، وعن يساري نوراً، وفوقي نوراً، وتحتي نوراً، وأمامي نوراً، وخلفي نوراً، واجعل لي نوراً» (٢) .

ـ إذا دخل المسجد قال:

«بسم الله والصلاة والسلام على رسول الله، ا للهم اغفر لي ذنوبي وافتح لي أبواب رحمتك» (٣) .

ـ إذا دخل في الصلاة بعد تكبيرة الإحرام قال:

«سبحانك اللهم وبحمدك وتبارك اسمك وتعالى جدك ولا إله غيرك» (٤) .

ـ إذا ركع قال:

«سبحان ربي العظيم» (ثلاثاً) وهذا أدناه.

«اللهم لك ركعت وبك آمنت ولك أسلمت، خشع سمعي وبصري ومخي وعظمي وعصبي» (٥) .

ـ إذا رفع رأسه من الركوع قال:

«ربنا لك الحمد ملء السموات وملء الأرض وملء ما بينهما وملء ما شئت من شيء بعد» (٦) .

---

(١) رواه البخاري ومسلم وأبوداود.

(٢) رواه البخاري.

(٣) رواه مسلم وأبوداود والنسائي.

(٤) رواه أبوداود.

(٥) (٦) رواه مسلم.

- إذا سجد قال:

«**سبحان ربي الأعلى**» (ثلاثاً) وهذا أدناه.

«**اللهم لك سجدت وبك آمنت ولك أسلمت، سجد وجهي للذي خلقه وصوره، وشق سمعه وبصره، تبارك الله أحسن الخالقين**»(١).

- إذا كان بين السجدتين قال:

«**اللهم اغفر لي وارحمني واجبرني وارفعني واهدني وعافني وارزقني**»(٢).

- إذا فرغ من التشهد الأخير قال:

«**اللهم إني أعوذ بك من عذاب جهنم ومن عذاب القبر، ومن فتنة المحيا والممات ومن شر المسيح الدجال**»(٣).

- إذا انتهى من صلاته قال:

«**اللهم أنت السلام ومنك السلام تباركت ياذا الجلال والإكرام**»

«**لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد، وهو على كل شيء قدير**».

«**لا حول ولا قوة إلا بالله، ولا نعبد إلا إياه، له النعمة وله الفضل، وله الثناء الحسن. اللهم لا مانع لما أعطيت ولا معطي لما منعت ولا ينفع ذا الجد منك الجد**»(٤).

- إذا خرج من المسجد قال:

«**اللهم إني أسألك من فضلك**»(٥).

---

(١) رواه مسلم.

(٢) رواه ابن ماجه والحاكم.

(٣) رواه مسلم.

(٤) رواه البخاري ومسلم.

(٥) رواه مسلم وأبوداود والنسائي.

ـ إذا دخل البيت قال:

«بسم الله ولجنا وبسم الله خرجنا وعلى الله ربنا توكلنا»(١).

ـ إذا خرج من البيت قال:

«بسم الله توكلت على الله، اللهم إني أعوذ بك أن أَضل أو أُضل، أو أَزل أو أُزل أو أَظلم أو أُظلم، أو أَجهل أو يُجهل عليَّ»(٢).

ـ إذا أذن المغرب قال:

«اللهم هذا إقبال ليلك وإدبار نهارك وأصوات دعاتك فاغفر لي»(٣).

ـ إذا أمسى ليلاً قال:

«أمسينا وأمسى الملك لله، والحمد لله لا شريك له، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير»(٤).

ـ إذا أتى أهله قال:

«بسم الله، اللهم جنبنا الشيطان، وجنب الشيطان ما رزقتنا»(٥).

ـ إذا قام من الليل قال:

«اللهم لك الحمد، أنت قيوم السموات والأرض ومن فيهن، ولك الحمد، أنت ملك السموات والأرض ومن فيهن، ولك الحمد أنت نور السموات والأرض ومن فيهن، ولك الحمد، أنت الحق، ووعدك الحق، ولقاؤك حق، والجنة حق، والنبيون حق، ومحمد حق، والساعة حق، اللهم لك أسلمت، وبك آمنت، وعليك توكلت، وإليك أنبت، وبك خاصمت، وإليك حاكمت، فاغفر لي ما

(١) رواه أبوداود.

(٢) رواه أبوداود والنسائي وابن ماجه والترمذي.

(٣) رواه أبوداود والترمذي. ضعيف الإسناد.

(٤) رواه مسلم.

(٥) رواه البخاري ومسلم.

قدمت وما أخرت، وما أسررت وما أعلنت، أنت الله لا إله إلا أنت، ولا حول ولا قوة إلا بالله»[(١)].

- إذا أراد النوم قال:

«باسمك ربي وضعت جنبي وبك أرفعه، إن أمسكت نفسي فارحمها، وإن أرسلتها فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصالحين»[(٢)].

- إذا قام فزعاً من نومه قال:

«أعوذ بكلمات الله التامات من غضبه وعقابه وشر عباده، ومن همزات الشياطين وأن يحضرون»[(٣)].

- إذا أصابه الأرق قال:

«اللهم غارت النجوم، وهدأت العيون، وأنت حي قيوم لا تأخذك سنة ولا نوم، يا حي يا قيوم اهد ليلي وأنم عيني»[(٤)].

- إذا سمع طنين أذنه قال:

«ذكر الله من ذكرني بخير»[(٥)].

- إذا استصعب أمرًا قال:

«اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً، وأنت تجعل الحزن إذا شئت سهلاً»[(٦)].

- إذا قصد فعل شيء قال:

«اللهم خر لي واختر لي ولا تكلني إلى نفسي طرفة عين»[(٧)].

---

(١) متفق عليه.

(٢) رواه البخاري ومسلم وأبوداود.

(٣) رواه أبوداود والنسائي والترمذي.

(٤) رواه ابن السني. ضعيف الإسناد.

(٥) رواه الحكيم الترمذي وابن السني والطبراني. ضعيف الإسناد.

(٦) رواه ابن السني وابن حبان.

(٧) رواه الترمذي بإسناد ضعيف.

- إذا استخار الله تعالى قال:

- «**اللهم إني أستخيرك بعلمك، وأستقدرك بقدرتك، وأسألك من فضلك العظيم، فإنك تقدر ولا أقدر، وتعلم ولا أعلم، وأنت علاَّم الغيوب، اللهم إن كنت تعلم أن هذا الأمر - ويسميه باسمه - خير لي في ديني ومعاشي وعاقبة أمري، فاقدره لي ويسره لي، ثم بارك لي فيه، وإن كنت تعلم أن هذا الأمر شرٌ لي في ديني ومعاشي وعاقبة أمري، فاصرفه عني واصرفني عنه واقدر لي الخير حيث كان، ثم أرضني به**»(١).

- إذا رأى ما يحب قال:

«**ما شاء الله لا قوة إلا بالله**»(٢).

- إذا رأى ما يكره قال:

«**الحمد لله على كل حال**»(٣).

- إذا غضب قال:

«**اللهم اغفر لي ذنبي وأذهب غيظ قلبي وأجرني من الشيطان**»(٤).

- إذا نظر في المرآة قال:

«**الحمد لله، اللهم كما حسَّنت خَلْقِي فحسِّن خُلُقِي**»(٥).

- إذا أراد القيام من المجلس (كفارة المجلس):

«**سبحانك اللهم وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك وأتوب إليك**»(٦).

---

(١) رواه البخاري.

(٢) رواه ابن السني.

(٣) رواه الحاكم وابن ماجه.

(٤) رواه ابن السني.

(٥) رواه ابن السني. الحديث عام وتخصيصه بالنظر في المراءة ضعيف.

(٦) رواه الترمذي.

- إذا دخل السوق قال:

«بسم الله، اللهم إني أسألك خير هذه السوق وخير ما فيها، وأعوذ بك من شرها وشر ما فيها، اللهم إني أعوذ بك أن أصيب يمينًا فاجرة أو صفقة خاسرة»(١).

- إذا أكل طعامًا قال:

«الحمد لله الذي أطعمني هذا ورزقني من غير حول مني ولا قوة»(٢).

- إذا أكل وشرب قال:

«الحمد لله الذي منّ علينا وهدانا والذي أشبعنا وسقانا وأروانا وكل الإحسان أتانا»(٣).

- إذا كان صائمًا وأفطر قال:

«ذهب الظمأ وابتلت العروق، وثبت الأجر إن شاء الله»(٤).

- إذا فرغ من الطعام وكان مدعوا قال:

«أفطر عندكم الصائمون، وأكل طعامكم الأبرار، وصلت عليكم الملائكة»(٥).

- إذا ودع مسلمًا عند سفره قال:

«أستودع الله دينك وأمانتك وخواتيم عملك»(٦).

- إذا أراد السفر قال:

«اللهم أنت الصاحب في السفر والخليفة في الأهل، اللهم إني أعوذ بك من وعثاء السفر وكآبة المنظر وسوء المنقلب في المال والأهل والولد»(٧).

---

(١) رواه الحاكم والطبراني.

(٢) رواه أبوداود والترمذي.

(٣) رواه ابن السني.

(٤) رواه أبوداود والنسائي.

(٥) رواه أبوداود.

(٦) رواه الترمذي والنسائي.

(٧) رواه البخاري والنسائي.

- إذا ركب مركوبًا قال:

«سبحان الذي سخر لنا هذا وما كنا له مقرنين، وإنا إلى ربنا لمنقلبون»[١].

- إذا رأى بلدة يقصدها قال:

«اللهم رب السموات السبع وما أظللن، ورب الأرضين وما أقللن، ورب الشياطين وما أضللن، ورب الرياح وما ذرين، أسألك خير هذه القرية وخير أهلها وخير ما فيها، ونعوذ بك من شرها وشر أهلها وشر ما فيها»[٢].

- إذا عاد من السفر قال:

«آيبون تائبون عابدون لربنا حامدون»[٣].

- إذا رأى الهلال قال:

«الله أكبر، اللهم أهله علينا بالأمن والإيمان، والسلامة والإسلام والتوفيق لما تحب وترضى. ربي وربك الله»[٤].

- إذا رأى سحابًا مقبلاً قال:

«اللهم إنا نعوذ بك من شر ما أرسل به»[٥].

- إذا هاجت الريح قال:

«اللهم إني أسألك من خير هذه الريح، وخير ما أرسلت به، وأعوذ بك من شرها وشر ما أرسلت إليه، اللهم اجعلها رحمة ولا تجعلها عذابًا، اللهم اجعلها رياحاً ولا تجعلها ريحًا»[٦].

- إذا سمع قصف الرعد قال:

---

(١) سورة الزخرف، الآية: ١٤.

(٢) رواه مسلم.

(٣) رواه مسلم وأحمد والبزار.

(٤) رواه أبوداود.

(٥) رواه ابن ماجه.

(٦) رواه الطبراني.

«سبحان الذي يسبح الرعد بحمده والملائكة من خيفته»(١).

- إذا رأى نزول المطر قال:

«اللهم صيّباً نافعًا» (ثلاثًا).

- وإذا كثر المطر وخشي الضرر قال:

«اللهم حوالينا ولا علينا، اللهم على الآكام والظراب وبطون الأودية ومنابت الشجر»(٢).

- إذا أصابه هم وكرب قال:

«لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين»(٣).

- إذا خاف قومًا قال:

«اللهم إنا نجعلك في نحورهم، ونعوذ بك من شرورهم»(٤).

- إذا خاف سلطانًا قال:

«لا إله إلا الله الحليم الكريم، سبحان الله رب السموات السبع ورب العرش العظيم لا إله إلا أنت، عز جارك وجل ثناؤك»(٥).

- إذا نظر إلى عدوه قال:

«يا مالك يوم الدين، إياك أعبد، وإياك أستعين»(٦).

- إذا عرض له شيطان قال:

«أعوذ بالله السميع العليم من الشيطان الرجيم» (ثلاثًا)(٧).

- إذا غلبه أمر قال:

«قدر الله وما شاء فعل»(٨).

---

(١) رواه مالك في الموطأ.

(٢) رواه البخاري ومسلم.

(٣) دعوة يونس عليه السلام، رواه ابن السني.

(٤) رواه أبوداود والنسائي.

(٥) (٦) رواه ابن السني.

(٧) (٨) رواه مسلم.

ـ إذا ابتلي بالدَّين قال:

«اللهم اكفني بحلالك عن حرامك، واغنني بفضلك عمن سواك» (١).

ـ إذا أصابه مرض قال:

«اللهم رب الناس، أذهب البأس، اشف أنت الشافي، لا شفاء إلا شفاؤك، شفاءً لا يغادر سقمًا»(٢).

ـ إذا عاد مريضًا قال:

«أسأل الله العظيم رب العرش العظيم أن يشفيك» (سبع مرات) (٣).

ـ إذا أصابته مصيبة قال:

«إنا لله وإنا إليه راجعون، اللهم أجرني في مصيبتي واخلف لي خيرًا منها»(٤).

ـ إذا عزّى مسلمًا قال:

«لله تعالى ما أخذ، وله ما أعطى، وكل شيء عنده بأجل مسمى، فلتصبر ولتحتسب»(٥).

ـ إذا زار مقابر المسلمين قال:

«السلام على أهل الديار من المؤمنين والمسلمين، ويرحم الله المستقدمين منكم والمستأخرين، وإنا إن شاء الله بكم لاحقون»(٦).

١٥ ـ أن يكون المسلم طوال يومه متوضئا حيث أن الوضوء هو سلاح المؤمن:

فعن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «إن أمتي

---

(١) رواه الترمذي.

(٢) رواه البخاري ومسلم.

(٣) رواه أبوداود والترمذي.

(٤) رواه مسلم.

(٥) رواه البخاري ومسلم.

(٦) رواه مسلم.

يدعون يوم القيامة غرّاً محجلين من آثار الوضوء، فمن استطاع منكم أن يطيل غرته فليفعل»[١].

١٦ ـ صلاة الضحى:

فعن أبي ذر ـ رضي الله عنه ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «**يصبح على كل سلامىٰ[٢] من أحدكم صدقة، فكل تسبيحة صدقة، وكل تهليلة صدقة، وكل تكبيرة صدقة، وأمر بالمعروف صدقة، ونهي عن المنكر صدقة، ويجزي[٣] من ذلك ركعتان يركعهما مع الضحى**»[٤].

ووقتها من ارتفاع الشمس قدر رمح حتى الزوال، ولكن يفضل أن تؤخر حتى ارتفاع الشمس واشتداد الحرارة، وركعاتها تطوعية أقلها اثنتان، وأكثر ما ثبت عن رسول الله ﷺ ثماني ركعات، وأكثر ما ثبت من قوله اثنتا عشرة ركعة[٥] وهي حسب ظروف كل مسلم، فمن كان لا يشغله عمل ملحّ يفضل أن يتقرب إلى الله تعالى بأقصى ما يستطيع.

وعن عائشة رضي الله عنها قالت: «**كان النبي ﷺ يصلي الضحى أربع ركعات ويزيد ما شاء الله**»[٦].

١٧ ـ أداء الصلوات المكتوبة جماعة في المسجد:

قال رسول الله ﷺ: «**صلاة الجماعة أفضل من صلاة الفذ[٧] بسبع وعشرين درجة**»[٨].

---

(١) متفق عليه.

(٢) السلامى: عظام البدن ومفاصله.

(٣) يجزىء: أي يكفي.

(٤) رواه أحمد ومسلم وأبوداود.

(٥) فقه السنة المجلد الأول صفحة رقم ١٧٧.

(٦) رواه مسلم وأحمد وابن ماجه.

(٧) الفذ: أي الواحد.

(٨) متفق عليه.

وعن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ أن رسول الله ﷺ قال: «**والذي نفسي بيده لقد هممت أن آمر بحطب فيحتطب ثم آمر بالصلاة فيؤذن لها ثم آمر رجلاً فيؤم الناس ثم أخالف إلى رجال**(١) **فأحرق عليهم بيوتهم**» (٢).

١٨ - صيام الاثنين والخميس من كل أسبوع :

أو يوم الخميس، أو صيام الأيام القمرية الثلاثة من منتصف كل شهر عربي (١٣، ١٤، ١٥).

عن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ: أن النبي ﷺ كان أكثر ما يصوم الاثنين والخميس، فقيل له(٣)، فقال: «**إن الأعمال تعرض كل اثنين وخميس، فيغفر الله لكل مسلم، أو لكل مؤمن، إلا المتهاجرين فيقول أخّرهما**»(٤).

وعن أبي ذر الغفاري ـ رضي الله عنه ـ أنه قال: أمرنا رسول الله ﷺ أن نصوم من الشهر ثلاثة أيام البيض: ثلاث عشرة وأربع عشرة وخمس عشرة، وقال: «**هي كصوم الدهر**»(٥).

١٩ - التعود على قراءة بعض صفحات من كتب سير الصحابة والتابعين :

وسير الغزوات والفتوحات الإسلامية والفقه والتفسير والتشريع وخلافه حتى يكون المسلم في صحبة طيبة مع الكتب ولو لمدة عشر دقائق يوميًا ويكون الوقت حسب الاتساع والقدرة. فعن معاوية ـ رضي الله عنه ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «**من يرد الله به خيراً يفقهه في الدين**»(٦).

---

(١) رجال لم يخرجوا إلى الصلاة في المسجد.

(٢) متفق عليه.

(٣) فقيل له: أي سئل عن الباعث على صوم يومي الاثنين والخميس.

(٤) رواه أحمد بسند صحيح.

(٥) رواه النسائي وصححه ابن حبان.

(٦) متفق عليه.

٢٠ - حفظ بعض سور من القرآن الكريم والأحاديث الشريفة حسب المستطاع

ولو آية وحديث يوميًا أو أسبوعيًا أو شهريًا.

فعن ابن عباس - رضي الله عنهما - قال: قال رسول الله ﷺ: «**إن الذي ليس في جوفه شيء من القرآن كالبيت الخرب**»[١].

٢١ - الحرص على زيارة المرضى والأصدقاء والأرحام:

والإكثار من مصاحبة الجنازة حسب المستطاع ولو مرة شهريًا. فعن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله ﷺ قال: «**حق المسلم على المسلم خمس، رد السلام، وعيادة المريض، واتباع الجنائز وإجابة الدعوة، وتشميت العاطس**»[٢].

٢٢ - قراءة السور التي فيها أفضال كثيرة:

مثل سورة الفاتحة، والبقرة، والكهف، ويس، والإخلاص، والمعوذتين وغيرها من السور، وهذه هي أفضال تلك السور:

فضل سورة الفاتحة:

قال عليه الصلاة والسلام: «**أعظم سورة في القرآن هي الحمد لله رب العالمين، هي السبع المثاني والقرآن العظيم**»[٣].

وقال ﷺ: «**في فاتحة الكتاب شفاء من كل داء**»[٤].

وعن ابن عباس - رضي الله عنهما - قال: «**بينما جبريل عليه السلام قاعد عند النبي ﷺ سمع نقيضًا**[٥] **من فوقه فرفع رأسه فقال: هذا باب من السماء فتح اليوم ولم يفتح قط إلا اليوم، فنزل منه ملك فقال: هذا ملك نزل إلى الأرض لم ينزل قط**

---

(١) رواه الترمذي.

(٢) متفق عليه.

(٣) رواه البخاري.

(٤) رواه الدارمي والبيهقي.

(٥) النقيض: هو الصوت.

إلا اليوم فسلم وقال: أبشر بنورين أوتيتهما لم يؤتهما نبي قبلك: فاتحة الكتاب، وخواتيم سورة البقرة، لن تقرأ بحرف منها إلا أعطيته»(١).

وقد ورد في الرقية بسورة الفاتحة حديث جاء فيه عن أبي سعيد الخدري - رضي الله عنه - قال: كنا في مسير لنا فنزلنا فجاءت جارية فقالت: إن سيد الحي سليم (أي لديغ) وإن نفرنا غيب، فهل منكم من راقٍ، فقام معها رجل ما كنا نأبه برقيه، فرقاه فبرأ فأمر له بثلاثين شاة، وسقانا لبنًا، فلما رجع قلنا له أكنت تحسن أو كنت ترقي؟ قال: لا ما رقيت إلا بأم الكتاب، قلنا لا تحدثوا بشيء حتى نأتي ونسأل رسول الله ﷺ. فقال: **«وما كان يدريه أنها رقية اقسموا واضربوا لي بسهم»**(٢).

فضل سورة البقرة :

عن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله ﷺ قال: **«لا تجعلوا بيوتكم مقابر، إن الشيطان ينفر من البيت الذي تقرأ فيه سورة البقرة»**(٣).

وعن أبي أمامة الباهلي قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: **«اقرؤا القرآن فإنه يأتي يوم القيامة شفيعاً لأصحابه، اقرؤا الزهراوين، البقرة، وآل عمران، فإنهما تأتيان يوم القيامة كأنهما غمامتان، أو كأنهما غيابتان أو كأنهما فرقان من طير صواف، وتحاجان عن أصحابهما، اقرؤا سورة البقرة فإن أخذها بركة وتركها حسرة ولا يستطيعها البطلة»**(٤).

فضل اية الكرسي :

قال ﷺ: **«أعظم آية في كتاب الله: «الله لا إله إلا هو الحي القيوم»** ومن حديث أبي هريرة - رضي الله عنه - أنه قال: **«إذا أويت إلى فراشك فاقرأ آية الكرسي: «الله لا إله إلا هو الحي القيوم» حتى تختم الآية فإنك لن يزال عليك حافظ من الله ولا يقربك شيطان حتى تصبح»**(٥).

---

(١) رواه مسلم.
(٢) متفق عليه.
(٣) رواه مسلم.
(٤) رواه مسلم.
(٥) رواه البخاري.

فضل سورة ال عمران :

في حديث ابن عباس ـ رضي الله عنهما ـ قال: قال رسول الله ﷺ: «من قرأ السورة التي يذكر فيها آل عمران يوم الجمعة صلى عليه الله وملائكته حتى تغيب الشمس»(١).

وقال النبي ﷺ: «من قرأ ﴿شهد الله أنه لا إله إلا هو والملائكة وأولوا العلم قائمًا بالقسط لا إله إلا هو العزيز الحكيم، إن الدين عند الله الإسلام﴾» ثم قال: «وأنا أشهد بما شهد الله به واستودع الله هذه الشهادة وهي لي عنده وديعة، جيء به يوم القيامة فقيل: عبدي هذا عهد إليَّ عهدًا وأنا أحق من أوفى بالعهد، أدخلوا عبدي الجنة»(٢).

فضل سورة الأنعام :

وفيها آية (١٢٢) ﴿أومن كان ميتًا فأحييناه وجعلنا له نورًا يمشي به في الناس كمن مثله في الظلمات ليس بخارج منها كذلك زين للكافرين ما كانوا يعملون﴾ هذه الآية جمعت الحروف السبعة التي أسقطت من الفاتحة «فاسألوا الله الخير واستعيذوه من الشر».

فضل سورة الإسراء :

قال النبي ﷺ: «من قرأ في صبح أو مساء: ﴿قل ادعوا الله أو ادعوا الرحمن أيًا ما تدعوا فله الأسماء الحسنى﴾ إلى آخر السورة لم يمت قلبه ذلك اليوم، ولا في تلك الليلة»(٣).

وقال النبي ﷺ: «آية العز: ﴿الحمد لله الذي لم يتخذ ولدًا ولم يكن له شريك في الملك، ولم يكن له ولي من الذل وكبره تكبيراً﴾»(٤).

---

(١) رواه الطبراني عن ابن عباس ـ موضوع ـ. ضعيف الجامع ٥٧٥٩ ـ الضعيفة ٤١٥.

(٢) رواه أبوالشيخ.

(٣) رواه الديلمي.

(٤) رواه أحمد والطبراني.

فضل سورة الكهف :

«من قرأ سورة الكهف يوم الجمعة أضاء الله له من النور ما بين الجمعتين»[١].

«من حفظ عشر آيات من أول سورة الكهف عصم من الدجال» وفي رواية : «من آخر سورة الكهف»[٢].

فضل سورة النور :

وفيها آية ٣٥ : ﴿الله نور السموات والأرض﴾ الآية، فاقرأها واسأل الله نورها وبركتها.

فضل سورة يس:

قال النبي ﷺ : «إن لكل شيء قلبًا، وقلب القرآن «يس»، ومن قرأ «يس» كتب الله له بقراءتها قراءة القرآن عشر مرات»[٣].

فضل سورة الزمر :

عن عائشة ـ رضي الله عنها ـ قالت : «كان النبي ﷺ لا ينام حتى يقرأ الزمر وبني إسرائيل»[٤].

فضل سورة الدخان :

قال النبي ﷺ : «من قرأ ﴿حمٓ﴾ الدخان في ليلة أصبح يستغفر له سبعون ألف ملك»[٥].

(١) رواه البيهقي . حديث ضعيف إذا خصصت القراءة بيوم الجمعة فيه نعيم بن حماد قال الذهبي له مناكير تبيض الصحيفة ص٣٤ للشيخ محمد عمرو عبداللطيف.

(٢) رواه مسلم.

(٣) رواه الترمذي والدارمي عن أنس. ـ موضوع ـ ضعيف الجامع ١٩٣٥، الضعيفة ١٦٩.

(٤) رواه الترمذي. ضعيف الإسناد.

(٥) رواه الترمذي عن أبي هريرة ـ موضوع ـ المشكاة ٢١٤٩، ضعيف الجامع ٧٥٦٦.

وعنه ﷺ أنه قال: «من قرأ ﴿حمٓ﴾ الدخان في ليلة جمعة أو يوم الجمعة بنى الله له بيتًا في الجنة»(١).

فضل سورة الفتح:

قال النبي ﷺ لعمر: «يا ابن الخطاب لقد أنزل علي هذه الليلة سورة أحب إليَّ مما طلعت عليه الشمس: ﴿إنا فتحنا لك فتحًا مبينًا﴾»(٢).

فضل سورة الرحمن:

قال النبي ﷺ: «لكل شيء عروس، وعروس القرآن الرحمن»(٣).

فضل سور المسبحات: (الحديد - الحشر - الصف - الجمعة - التغابن)

عن عرباض بن سارية - رضي الله عنه - أن النبي ﷺ كان يقرأ المسبحات قبل أن يرقد ويقول: «إن فيهم آية خير من ألف آية»(٤).

فضل سورة الواقعة:

قال النبي ﷺ: «من قرأ سورة الواقعة في كل ليلة لم تصبه فاقة أبداً»(٥).

فضل سورة الحشر:

قال النبي ﷺ: «من قرأ خواتيم الحشر من ليل أو نهار فقبض في ذلك اليوم أو الليلة فقد أوجب الجنة»(٦).

فضل سورة الملك:

عن أبي هريرة - رضي الله عنه - عن النبي ﷺ قال: «من القرآن سورة ثلاثون آية شفعت لرجل حتى غفر له، وهي تبارك الذي بيده الملك»(٧).

---

(١) رواه الطبراني. ضعيف جدًا، عن أبي هريرة، ضعيف الجامع ٥٧٦٨ - الترغيب ١/٢٦٢.

(٢) رواه البخاري.

(٣) رواه البيهقي. والطبراني عن ابن عمر. ضعيف الجامع ٤٧٣٠ - الضعيفة ١٣٩١.

(٤) رواه الترمذي بسند حسن.

(٥) رواه البيهقي عن ابن مسعود. ضعيف الجامع ٥٧٧٣، الضعيفة ٢٨٩.

(٦) رواه البيهقي. وابن عدي عن أبي أمامة. ضعيف جدًا، ضعيف الجامع ٥٧٧٠ الضعيفة ٤٦٣١.

(٧) رواه أبوداود والترمذي.

وقال ﷺ : «هي المانعة، هي المنجية، تنجيه من عذاب القبر» يعني تبارك.

فضل سورة الضحى :

قال النبي ﷺ : «ما أنزل الله آية أرجى من قوله: ﴿ولسوف يعطيك ربك فترضى﴾ فذخرتها لأمتي يوم القيامة»[١].

فضل سورة القدر :

قال النبي ﷺ : «من قرأ ﴿إنا أنزلناه في ليلة القدر﴾ عدل ربع القرآن»[٢].

فضل سورة الزلزلة وسورة الكافرون :

قال النبي ﷺ : «إذا زلزلت... تعدل نصف القرآن، وقل يا أيها الكافرون تعدل ربع القرآن، وقل هو الله أحد تعدل ثلث القرآن»[٣].

فضل سورة التكاثر :

قال النبي ﷺ : «قاريء التكاثر، يدعى في الملكوت مؤدي الشكر»[٤].

فضل سورة الإخلاص :

قال النبي ﷺ : «والذي نفسي بيده إنها لتعدل ثلث القرآن»[٥].

فضل سورتي الفلق والناس (المعوذتين) :

قال النبي ﷺ : «ألم تر آيات أنزلت الليلة لم ير مثلهن قط ﴿قل أعوذ برب الفلق﴾ و ﴿قل أعوذ برب الناس﴾»[٦].

---

(١) رواه الديلمي.

(٢) رواه الديلمي.

(٣) رواه الترمذي والحاكم والبيهقي عن ابن عباس. ضعيف الجامع ٥٣١، تخريج الترغيب ٢/٢٢٣ - ٢٢٤.

(٤) رواه الديلمي. ضعيف الجامع ٤٠٣٨، فيض القدير.

(٥) متفق عليه.

(٦) رواه أبوداود ومسلم والترمذي والنسائي.

* وبالجملة فإن باب فضائل سور القرآن الكريم معظمه لا يصح بل موضوع، كما قال أهل الإختصاص. والله أعلم.

بعض التعريفات والمصطلحات

متفق عليه: أي رواه البخاري ومسلم.

رواه الشيخان: أي البخاري ومسلم.

رواه الثلاثة: أي البخاري ومسلم وأبو داود.

رواه الأربعة: أي البخاري ومسلم وأبو داود والترمذي.

رواه الخمسة: أي البخاري ومسلم وأبو داود والترمذي والنسائي.

رواه الجماعة: أي رواه الخمسة وابن ماجة.

رواه أصحاب السنن: أي أبو داود والترمذي والنسائي وابن ماجه.

راوي الحديث: أي الصحابي الذي سمعه من النبي، ﷺ،.

مخرج الحديث: الذي خرجه بالسند في كتابه.

الحديث الصحيح: الحديث المسند الذي يتصل إسناده بنقل العدل الضابط عن العدل الضابط (تام الضبط) حتى ينتهي إلى رسول الله، ﷺ، أو إلى منتهاه من صحابي أو من دونه، ولا يكون شاذا ولا معللاً.

الحديث الحسن الصحيح: وهو (عند الترمذي) أعلى من الحسن ودون الصحيح.

الحديث الحسن: ما اتصل سنده بعدل خفيف الضبط؛ وسلم من الشذوذ والعلة، أي لا يكون راويه متهماً بكذب ويروىٰ من غير وجه نحو ذلك، ولا يكون شاذا ولا كثير الغلط بل «خفيف الضبط فقط».

الحديث الضعيف: أي ما لم يجتمع فيه صفات الصحيح ولا صفات الحسن كأن يكون قد سقط من إسناده الصحابي (المرسل). أو سقط من إسناده رجل أو ذكر رجل مبهم (المنقطع) أو سقط فيه راويان بشرط التوالي (المعضل). أو لم يصح سماعه

ممن عاصره ولقبه (مدلس) أو اكتشف فيه علة تقدح في صحته وإن كان يبدو في الظاهر سليما من العلل.

وفي **الحديث الضعيف** قسم متروك العمل به وهو ما كان من راويه كثير الغلط متهمًا بالكذب (الواهي).

الحديث الغريب: رواه شخص واحد ويحكم له بالصحة أو الحسن أو الضعف تبعا لحال الراوي.

فهـرس الموضوعـات

خاتمة الكتاب

ليس كل من دعا يتقبل منه . . . ولو كان عالمًا .

وليس كل من ذكر يتقبل منه . . . ولو كان ذكره طول الليل .

وليس كل من صام يتقبل منه . . . ولو صام صيام داود .

وليس كل من صلى يتقبل منه . . . ولو صلى الليل كله .

وليس كل من قرأ القرآن يتقبل منه . . . ولو ختم في ثلاث .

وليس كل من استعمل العسل والحبة السوداء والتمر وماء زمزم يتقبل منه . . . ولو كان استعماله لتلك الأشياء على مدار اليوم والليلة .

ولكن هناك أسس لابد أن يتحلى بها المسلم حتى يتقبل الله منه ومنها :

* سلامة القلب والسريرة والنفس من علل الضغينة والحقد والحسد والغل .
* أن يكون القلب صافيًا مليئًا بحب الله ورسوله والمؤمنين .
* أن يكون موحدًا لا شبهة لديه وأن يحب الخير والفضيلة وعمل الخير.
* فعل الواجبات .
* البعد عن المحرمات عامة واجتناب أكل الحرام أو شرب الحرام أو لبس الحرام .
* ومهما كان الذكر والدعاء وكان المطعم حرام والملبس حرام والغذاء حرام. . . فهل يستجاب له؟
* كن عبدًا ربانيًا فإنك إذا قلت يارب قال الله لبيك عبدي سل تعطىٰ .
* والربانية هي نتيجة التقوى والتقوى بمعناها الصادق أي طاعة الله في القول والفعل وفي السر والعلن .

* وإذا ما أصبح الإنسان ربانيًا فقد أصبح في رعاية الله وفي كفالته.

﴿ومن يتوكل على الله فهو حسبه﴾

﴿ومن يتق الله يجعل له مخرجًا ويرزقه من حيث لا يحتسب﴾

وما هذا المنهاج إلا كنموذج فقط... ولكل مسلم منهاج حسب مقتضيات حاله.

ومن سار على الدرب وصل.

والله ولي التوفيق

الجمع التصويري والإخراج - الفرقان ٤٠٢٩٨٦٥ - ٤٠٤٣٧٣٢

مطبعة سفير تلفون ٤٩٨٠٧٨٠ - ٤٩٨٠٧٧٦ ★ الرياض

بسم الله الرحمن الرحيم

من الممكن أن تغلق أمام الإنسان جميع الأبواب والنوافذ إلا بابًا واحدًا يظل مفتوحًا طوال الليل والنهار .. ومفتوحًا على مصراعيه دائمًا وأبدًا .. إنه باب الله سبحانه وتعالى .. إنه باب السماء .. تناجي ربك الذي فوق السموات العلى، يسمع نداءك، ويستجيب لدعائك، خاصة إذا كنت صادقًا في دعائك، مخلصًا في ندائك، خاشعًا خاضعًا متذللًا.

وصدق الحق تبارك وتعالى : (وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ) البقرة/١٨٦

وخير الأذكار والأدعية ما جاء بالقرآن الكريم والحديث الشريف (لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا) سورة الأحزاب/٢١

إنه من الضلال المبين، دعاء غير الله أو التزام ذكر لم يشرعه رسول الله صلى الله عليه وسلم، ولقد انتشرت بدع وعمت خرافات كثيرة .. ظهرت بمظهر الدين، وذاعت أدعية فيها ما لم يجزه الشرع من سؤال غير الله ..

وما دام الدعاء عبادة فلابد من الالتزام بما شرعه رسول الله صلى الله عليه وسلم، فالخير في اتباع طريقته، واقتفاء أثره.

وفي كتاب الشافيات العشر من الكتاب والسنة منهاج للتداوي .. وليس معنى ذلك أن نهمل الطب الحديث .. لا .. ولكن الأصل به القرآن الكريم، وحديث رسول الله صلى الله عليه وسلم، مع إهمال ما أكرم به الله البشرية من اكتشافات حديثة للعلاج.

والله ولي التوفيق ؟

تصميم الغلاف للفنان / عبد الرحمن نور الدين
الخطوط / عثمان حماد
سعر النسخة ١٨ ريال
مطبعة سفير تليفون ٤٩٨٠٧٨٠ - ٤٩٨٠٧٣٦ * الرياض